

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego

1. Osiągnięcia w zakresie utrzymania higieny osobistej i zdrowia. Uczeń:

Ocenę wysoką otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none">- zawsze utrzymuje w czystości ręce i całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu; wykonuje te czynności samodzielnie- dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych odpowiednio na świeżym powietrzu i w pomieszczeniu- ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń- uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej, akceptuje sytuację dzieci, które z uwagi na chorobę nie mogą być sprawne w każdej formie ruchu.
Ocenę średnią otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none">- stara się utrzymywać w czystości ręce i całe ciało,- czasem nie przynosi stroju- z reguły jest przygotowany do zajęć- nie ma świadomości znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń- uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości
Ocenę niską otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none">- nie dba o higienę- często jest nieprzygotowany do zajęć,- niechętnie wykonuje polecenia, niedbale ćwiczy- wyśmiewa niepowodzenia innych

2. Osiągnięcia w zakresie sprawności motorycznych. Uczeń:

Ocenę wysoką otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none">-przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednonóż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad kłęczny, skrzyżny, skulony, prosty,-pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega z wysokim unoszeniem kolan, biega w połączeniu ze skokiem, przenoszeniem przyborów, np. piłki, pałeczki, z rzutem do celu ruchomego i nieruchomego, bieg w różnym tempie, realizuje marszobiegi,- rzuca i podaje jednorącz, w miejscu i ruchu, oburącz do przodu, nad głowę, piłką małą i dużą, rzuca małymi przyborami na odległość i do celu, skacze jednonóż i obunóż ze zmianą tempa, kierunku, pozycji ciała, skacze w dal dowolnym sposobem, skacze przez skakankę, wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze,
-------------------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, czworakowanie ze zmianą kierunku i tempa ruchu, - wykonuje przewrót w przód z przysiadu podpartego, - wykonuje ćwiczenia równoważne bez przyboru i z przyborem, - samodzielnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.
Ocenę średnią otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none"> - przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednoonóż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty (czasem myli niektóre pozycje) - z trudem lub niechętnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, - ma problemy z rzucaniem i chwytaniem w miejscu i ruchu, oburącz do przodu, znad głowy, piłką małą i dużą, - niezdarnie skacze przez skakankę, - niedbale wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, - wykonuje z pomocą nauczyciela przewrót w przód z przysiadu podpartego, - ma problemy z wykonaniem ćwiczeń równoważnych z przyborem,
Ocenę niską otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none"> - niedbale i niechętnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednoonóż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty (często myli przyjmowane pozycje) - z trudem lub niechętnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne (czasem odmawia wykonania zadania) - ma duże problemy z rzucaniem i chwytaniem w miejscu i ruchu, oburącz do przodu, znad głowy, piłką małą i dużą, - niedbale wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, - nie potrafi wykonać z pomocą nauczyciela przewrotu w przód z przysiadu podpartego, - ma duże problemy z wykonaniem ćwiczeń równoważnych bez przyboru

3. Osiągnięcia w zakresie różnych form rekreacyjno-sportowych. Uczeń:

Ocenę wysoką otrzymuje uczeń który:	<ul style="list-style-type: none"> - zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej koleżanek i kolegów – uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo, np. drużyny przeciwnej, gratuluje drużynie zwycięskiej sukcesu, - respektuje przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, - respektuje zasady ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolnarzy, biegaczy i innych osób, których
-------------------------------------	--

	<p>poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa,</p> <ul style="list-style-type: none"> - uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek, - wykonuje prawidłowo elementy charakterystyczne dla gier zespołowych: rzuty i chwyt ringo, podania piłki do partnera jednorącz i oburącz w miejscu lub w ruchu, odbicia piłki, kozłowanie w miejscu i w ruchu, podania piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki, strzał do celu, - uczestniczy w zespołowych zabawach ruchowych, ma świadomość, iż sukces w takiej zabawie odnosi się dzięki sprawności, zaradności i współdziałaniu,
<p>Ocenę średnią otrzymuje uczeń który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - nie zawsze zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej koleżanek i kolegów -nie zawsze radzi sobie w sytuacji przegranej - niechętnie uczestniczy w zabawach i grach zespołowych - niedbale wykonuje elementy charakterystyczne dla gier zespołowych: rzuty i chwyt ringo, podania piłki do partnera jednorącz i oburącz w miejscu lub w ruchu, odbicia piłki, kozłowanie w miejscu i w ruchu, podania piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki, strzał do celu,
<p>Ocenę niską otrzymuje uczeń który:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - nie potrafi zachować powściągliwości w ocenie sprawności fizycznej koleżanek i kolegów -nie radzi sobie w sytuacji przegranej - nie uczestniczy w zabawach i grach zespołowych - niedbale wykonuje elementy charakterystyczne dla gier zespołowych