

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO W KLASIE VI, VII NA OCENĘ ŚRÓDROCZNĄ I ROCZNĄ
SZKOŁA PODSTAWOWA W KAMIONIE

OBSZAR 1. Postawa ucznia, zaangażowanie, zachowanie, kompetencje społeczne na zajęciach lekcyjnych

Stopień dopuszczający Uczeń:	Stopień dostateczny Uczeń:	Stopień dobry Uczeń:	Stopień bardzo dobry Uczeń:	Stopień celujący Uczeń:
<p>– na zajęciach nie wykazuje żadnej aktywności</p> <p>– regularnie nie jest przygotowany do zajęć – bardzo często opuszcza zajęcia</p> <p>– powierzone mu zadanie wykonuje bardzo niestarannie, okazując lekceważący stosunek do tego ,co robi</p> <p>– bardzo często zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasad „ czystej gry”</p> <p>– zachowuje się niewłaściwie jako zawodnik, sędzia i kibic. – nie współpracuje w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych ,wykazywać asertywność i empatię</p> <p>– nie zależy mu na innych , także z różnymi potrzebami</p>	<p>– nie wykazuje szczególnej aktywności na zajęciach</p> <p>– bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć – często jest nieobecny na zajęciach</p> <p>– powierzone mu zadania wykonuje niestarannie i niedbale</p> <p>– nie szanuje powierzonego mu sprzętu sportowego</p> <p>– nie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych i pozaszkolnych</p> <p>– nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego</p> <p>–zdarzają mu się częste przypadki nie stosowania zasad „ czystej gry” – nie stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem</p> <p>– nie stara się współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych ,wykazywać asertywność i empatię</p> <p>– nie się motywować innych do aktywności fizycznej , ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach</p>	<p>– nie zawsze jest aktywny i zaangażowany na zajęciach – z reguły jest przygotowany do zajęć(dopuszcza się pięciokrotny brak stroju sportowego w semestrze) – dość często jest nieobecny na zajęciach</p> <p>– potrzebuje motywacji podczas wykonywania zadań ruchowych</p> <p>– w zajęciach pozalekcyjnych uczestniczy nieregularnie – nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego</p> <p>–zdarzają mu się przypadki nie stosowania zasad „ czystej gry”</p> <p>– stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem</p> <p>– stara się współpracować w grupie, szanować poglądy i wysiłki innych ,wykazywać asertywność i empatię</p> <p>– stara się motywować innych do aktywności fizycznej , ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych</p>	<p>– na zajęciach jest aktywny i zaangażowana</p> <p>– jest przygotowany do zajęć(dopuszcza się trzykrotny brak stroju sportowego w semestrze) – staranie i sumiennie wykonuje powierzone mu zadania</p> <p>– systematycznie uczęszcza na zajęcia</p> <p>– przestrzega zasad fair play na boisku</p> <p>– dość regularnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych – jest koleżeński i kulturalny wobec innych</p> <p>– stara się stosować zasadę „czystej gry”</p> <p>– jest odpowiedzialny za zdrowie własne i – nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa - stara się być dobrym zawodnikiem, sędzią i kibicem</p> <p>- współpracuje grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych ,wykazuje asertywność i empatię</p> <p>– stara się motywować innych do aktywności fizycznej , ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i</p>	<p>– wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach</p> <p>– jest zawsze przygotowany do zajęć (posiada zawsze strój) – wkłada bardzo duży wysiłek w wykonywanie zadania</p> <p>– powierzone mu zadania wykonuje sumiennie i starannie</p> <p>– systematycznie uczęszcza na zajęcia – przestrzega zasad fair play na boisku i w życiu</p> <p>– chętnie uczestniczy w zajęciach pozalekcyjnych</p> <p>– jest zaangażowany w działalność sportową szkoły</p> <p>– chętnie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego – chętnie reprezentuje szkołę w rozrywkach sportowych</p> <p>– zawsze przestrzega ustalonych reguł i zasad postępowania prezentuje postawę godną do naśladowania: jest koleżeński, życzliwy, odznacza się wysoką kulturą osobistą</p> <p>doskonale potrafi współpracować na boisku i poza nim, stosuje zasadę „czystej gry” jest odpowiedzialny za zdrowie własne i innych – nie stosuje żadnych używek oraz stosuje zasady bezpieczeństwa</p> <p>właściwie pełni rolę zawodnika, sędziego i kibica</p> <p>doskonale współpracuje grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych ,wykazuje asertywność i empatię</p>

	edukacyjnych		osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych	-motywuje innych do aktywności fizycznej , ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
--	--------------	--	---	---

OBSZAR 2. Poziom umiejętności ruchowych, sprawności ucznia

Stopień dopuszczający Uczeń:	Stopień dostateczny Uczeń:	Stopień dobry Uczeń:	Stopień bardzo dobry Uczeń:	Stopień celujący Uczeń:
---	---------------------------------------	---------------------------------	--	------------------------------------

<p>– nie podejmuje żadnych prób opanowania nowych umiejętności sportowych i rekreacyjnych</p> <p>– w czasie gry umyślnie stosuje błędną technikę – osiąga pozytywne wyniki z testów</p> <p>sprawnościowych: bieg na 100m i 400m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p> <p>– niezależny mu na opanowaniu żadnych nowych umiejętności</p>	<p>– nie wykazuje chęci do opanowania nowych umiejętności ruchowych – nie potrafi opisać własnej postawy ciała</p> <p>– nie potrafi lub nie chce zastosować prawidłowej techniki gry w grach sportowych lub rekreacyjnych</p> <p>– w większości osiąga pozytywne wyniki z testów</p> <p>sprawnościowych: bieg na 100m i 400m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p> <p>– nie potrafi zorganizować dowolnej zabawy ruchowej</p> <p>– podejmuje próby wykonania przewrotu w przód, przerzutu bokiem, stania na rękach -nie planuje i nie wykonuje dowolnego układu gimnastycznego -nie potrafi przeprowadzić prostej rozgrzewki w zależności od rodzaju aktywności fizycznej</p>	<p>– nie wykazuje specjalnego zaangażowania w opanowanie nowych umiejętności ruchowych</p> <p>– z pomocą nauczyciela omawia własną postawę ciała – stosuje w grze tylko niektóre elementy techniczne z gier sportowych</p> <p>– w większości osiąga dobre wyniki z testów</p> <p>sprawnościowych: bieg na 30m i 60m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p> <p>– w miarę swoich możliwości uczestniczy w niektórych grach rekreacyjnych</p> <p>– potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową</p> <p>– przewrotu w przód, przerzut bokiem, stanie na rękach wykonuje z błędami - stara się zaplanować i wykonać dowolny układ gimnastyczny ,nawet jeśli popełnia małe błędy – przeprowadza prostą rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności fizycznej</p>	<p>– stara się opanować jak najwięcej nowych umiejętności ruchowych: sportowych, rekreacyjnych i utylitarnych</p> <p>– opisuje ogólnie własną postawę ciała</p> <p>– stosuje w grze w miarę poprawnie: kozłowanie piłki prawą i lewą w biegu, prowadzenie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podania piłki jednorącz i oburącz, rzutu piłki do kosza, rzutu i strzału do bramki, odbicia piłki sposobem górnym</p> <p>– w większości osiąga bardzo dobre wyniki z testów</p> <p>sprawnościowych: bieg na 100m i 400m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p> <p>– stosuje w miarę prawidłową technikę podczas gry w : tenisa stołowego, unihokeja, badmintona i inne gry rekreacyjne.</p> <p>– potrafi zorganizować dowolną zabawę lub grę ruchową</p> <p>– z drobnymi błędami wykonuje przewrót w przód z przysiadu podpartego, przerzut bokiem, stanie na rękach</p>	<p>– w większości osiąga wysokie wyniki z testów sprawnościowych : bieg na 30m i 60m, skok w dal sposobem naturalnym, rzut piłeczką palantową, rzut piłką lekarską 2 kg z ustawienia tyłem</p> <p>– stosuje prawidłową technikę podczas gry w : tenisa stołowego, unihokeja, badmintona i inne gry rekreacyjne.</p> <p>– wykonuje bezbłędnie przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego, przerzut bokiem, stanie na rękach – inicjuje i organizuje dowolną zabawę lub grę ruchową</p> <p>-uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej pochodzącej spoza Europy</p> <p>-potrafi zaplanować i wykonać dowolny układ gimnastyczny</p> <p>– planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności fizycznej,</p>
--	---	--	---	---

			-uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej pochodzącej spoza Europy - potrafi zaplanować i wykonać dowolny układ gimnastyczny ,nawet jeśli popełnia małe błędy – planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności fizycznej,	
--	--	--	---	--

OBSZAR 3. Wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej i fizycznej

Stopień dopuszczający Uczeń:	Stopień dostateczny Uczeń:	Stopień dobry Uczeń:	Stopień bardzo dobry Uczeń:	Stopień celujący Uczeń:
---	---------------------------------------	---------------------------------	--	------------------------------------

<p>– potrafi z pomocą nauczyciela wymienić, niektóre podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych</p> <p>– bardzo słabo zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych i nie potrafi ich zastosować</p> <p>– z pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady aktywnego wypoczynku</p> <p>– słabo zna i rzadko stosuje zasady higieny osobistej</p> <p>– z pomocą nauczyciela potrafi wymienić zasady poruszania się po drogach jako pieszy i częściowo rowerzystą.</p> <p>-niezależny mu na przyswajaniu nowych wiadomości</p> <p>-nie zna żadnych regulaminów</p>	<p>-potrafi z pomocą nauczyciela wymienić zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych</p> <p>– słabo zna podstawowe przepisy gier rekreacyjnych i sportowych, ale stara się je stosować,</p> <p>-potrafi wymienić zasad zachowania się w roli zawodnika</p> <p>– częściowo zna zasady aktywnego wypoczynku – zna , ale nie zawsze stosuje zasady higieny osobistej</p> <p>– częściowo zna zasady poruszania się po drogach jako pieszy, rowerzystą, itd. – popełnia błędy przy opisywaniu piramidy żywienia i aktywności fizycznej</p> <p>– słabo zna regulaminy sali gimnastycznej i boisk - wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia – nie potrafi wyjaśnić co</p>	<p>-wymienia niektóre zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych</p> <p>– potrafi krótko opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej -zna i umie zastosować, niektóre przepisy gier i zabaw sportowych</p> <p>-zna ogólne zasady zachowania się w roli zawodnika i kibica sportowego</p> <p>– zna zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia</p> <p>– zna zasady aktywnego wypoczynku</p> <p>– zna , stosuje zasady higieny osobistej, ale zdarza mu się o nich zapomnieć</p> <p>– częściowo zna i stosuje zasady poruszania się po drogach , jako pieszy, rowerzystą,</p> <p>-zna pobieżnie regulaminy sali gimnastycznej i boisk - wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia</p>	<p>-wymienia zasady bezpieczeństwa na zajęciach ruchowych, dyskotek</p> <p>– potrafi opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej</p> <p>-zna i stosuje podstawowe przepisy gier i zabaw sportowych</p> <p>-podaje niektóre nazwiska wybitnych polskich sportowców</p> <p>– zna prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego</p> <p>-bardzo dobrze zna i omawia zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia</p> <p>– bardzo dobrze zna i omawia zasady aktywnego wypoczynku</p> <p>– bardzo dobrze zna i stosuje zasady higieny osobistej – bardzo dobrze zna i stosuje zasady poruszania się po drogach ,jako pieszy, rowerzystą, itd. -zna regulaminy sali gimnastycznej i boisk</p>	<p>-wymienia zasady czystej gry w sporcie oraz wyjaśnia dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej - bardzo dobrze zna i omawia zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia</p> <p>– potrafi dokładnie opisać piramidę żywienia i aktywności fizycznej -zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych, dyskotek</p> <p>-zna i stosuje przepisy gier i zabaw sportowych</p> <p>-zna nazwiska wybitnych polskich sportowców</p> <p>-omawia prawidłowe zachowanie się zawodnika i kibica sportowego – doskonale zna ,omawia i umie zastosować zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia zdrowia lub życia</p> <p>– doskonale zna ,omawia i stosuje zasady aktywnego wypoczynku – doskonale zna i zawsze stosuje zasady higieny osobistej</p> <p>– doskonale zna, omawia i stosuje zasady poruszania się po drogach ,jako pieszy, rowerzystą, itd.</p> <p>-zna regulaminy sali gimnastycznej i</p>
	<p>symbolizuje flaga i znicz olimpijski</p>	<p>i życia</p> <p>– nie potrafi do końca wyjaśnić co symbolizuje flaga i znicz olimpijski</p>	<p>-wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia</p> <p>– wyjaśnia ogólnie co symbolizuje flaga i znicz olimpijski</p>	<p>boisk</p> <p>-wymienia osoby do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia – wyjaśnia co symbolizuje flaga i znicz olimpijski</p>

Nauczyciel: Marzena Cichy

