

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 405 W WARSZAWIE

Przy ustalaniu oceny z zajęć wychowania fizycznego, oprócz wysiłku wkładanego przez ucznia w wykonywanie ćwiczeń, nauczyciel bierze również pod uwagę systematyczny udział ucznia w zajęciach oraz jego aktywność, zaangażowanie. Wymagania edukacyjne są dostosowane do indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych ucznia.

Wymagania niezbędne do uzyskania poszczególnych śródrocznych ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego:

KLASA IV

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- regularnie jest nieprzygotowany do zajęć
- powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie
- w czasie gry stosuje błędną technikę
- podejmuje minimalne próby opanowania nowych umiejętności
- nie zależy mu na przyswojeniu nowych umiejętności
- nie wymienia zasad bezpieczeństwa
- bardzo często zdarzają mu się przypadki niestosowania zasad „czystej gry”, szacunku do rywala, respektowania przepisów gry
- zachowuje się niewłaściwie jako kibic, zawodnik i sędzia
- podejmuje próby uczestnictwa w prostych formach aktywności fizycznej na świeżym powietrzu, przestrzegając podstawowych zasad bezpieczeństwa

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

- bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć
- nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje sprzętu sportowego
- Umiejętności: piłka koszykowa: kozłowanie piłki w marszu i w ruchu, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem górnym, piłka nożna: prowadzenie piłki prawą i lewą nogą, lekkoatletyka: bieg na 50 m ze startu wysokiego, rzut piłeczką palantową – wykonuje z dużymi błędami technicznymi
- nie potrafi odpowiednio zastosować swoich umiejętności w mini grach
- popełnia błędy przy opisywaniu piramidy żywienia i aktywności fizycznej
- myli zasady zdrowego odżywiania
- zdarzają mu się częste przypadki niestosowania zasad czystej gry: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego
- nie zależy mu na właściwej współpracy w grupie
- potrafi wskazać co najmniej jedną formę aktywności fizycznej odpowiednią dla siebie, uwzględniającą warunki pogodowe i swoje możliwości

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- nie zawsze jest aktywny na zajęciach
- z reguły jest przygotowany do zajęć
- Umiejętności: piłka koszykowa: kozłowanie piłki w marszu i w ruchu, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem górnym, piłka nożna: prowadzenie piłki prawą i lewą nogą, lekkoatletyka: bieg na 50 m ze startu wysokiego, rzut piłeczką palantową – wykonuje na miarę swoich możliwości

- stosuje w miarę możliwości umiejętności techniczne w mini grach
- zorganizuje i poprowadzi prostą zabawę
- potrafi krótko opisać jakie znaczenie ma aktywność dla zdrowia, piramidę żywieniową
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa
- opisuje ogólnie zasady bezpiecznego poruszania się po boisku
- zdarzają mu się przypadki niestosowania czystej gry, szacunku do rywala, respektowania przepisów gry
- stara się być dobrym kibicem i sędzią
- dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych
- planuje i realizuje tygodniową dawkę aktywności fizycznej, w tym co najmniej jedną formę ruchu na świeżym powietrzu, dbając o bezpieczeństwo swoje i innych

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- na zajęciach jest aktywny i zaangażowany
- jest przygotowany do zajęć
- pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego
- Umiejętności: piłka koszykowa: kozłowanie piłki w marszu i w ruchu, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem górnym, piłka nożna: prowadzenie piłki prawą i lewą nogą, lekkoatletyka: bieg na 50 m ze startu wysokiego, rzut piłeczką palantową – wykonuje z małymi błędami technicznymi
- podczas mini gier prezentuje wysoki poziom techniczny swoich umiejętności
- zorganizuje i przeprowadzi dowolną grę ruchową
- potrafi opisać jakieś znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia
- opisuje zasady zdrowego odżywiania
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- stara się stosować zasady czystej gry: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego
- współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- zna znaczenie symboli olimpijskich
- świadomie dobiera różnorodne formy aktywności fizycznej, w tym ćwiczenia kształtujące wytrzymałość, siłę i koordynację, oraz potrafi uzasadnić ich wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania
- wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach
- chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych
- jest zawsze przygotowany do zajęć
- Umiejętności: piłka koszykowa: kozłowanie piłki w marszu i w ruchu, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem górnym, piłka nożna: prowadzenie piłki prawą i lewą nogą, lekkoatletyka: bieg na 50 m ze startu wysokiego, rzut piłeczką palantową – wykonuje technicznie bezbłędnie.
- podczas mini gier prezentuje wysoki poziom techniczny swoich umiejętności
- potrafi wzorowo zorganizować i przeprowadzić wymagającą grę ruchową
- potrafi dokładnie opisać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- wymienia cechy prawidłowej postawy ciała
- stosuje zasady „czystej gry”: szanuje rywala respektuje przepisy czystej gry, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę
- doskonale współpracuje w grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- potrafi kreatywnie rozwiązywać problemy
- dba o swoje zdrowie nie używając różnych używek
- motywuje innych do aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
- inicjuje i organizuje aktywności ruchowe dla rówieśników, w tym osób o mniejszej sprawności lub specjalnych potrzebach edukacyjnych, promując zdrowy styl życia i zasady fair play.

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 405 W WARSZAWIE

Przy ustalaniu oceny z zajęć wychowania fizycznego, oprócz wysiłku wkładanego przez ucznia w wykonywanie ćwiczeń, nauczyciel bierze również pod uwagę systematyczny udział ucznia w zajęciach oraz jego aktywność, zaangażowanie. Wymagania edukacyjne są dostosowane do indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych ucznia.

Wymagania niezbędne do uzyskania poszczególnych śródrocznych ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego:

KLASA V

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- regularnie jest nieprzygotowany do zajęć
- powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie
- w czasie gry stosuje błędną technikę
- podejmuje minimalne próby opanowania nowych umiejętności
- nie zależy mu na przyswojeniu nowych umiejętności
- nie wymienia zasad bezpieczeństwa
- w małym stopniu zna regulaminy obowiązujące w szkole
- zachowuje się niewłaściwie jako kibic, zawodnik i sędzia
- podejmuje próby uczestnictwa w prostych formach aktywności fizycznej na świeżym powietrzu, przestrzegając podstawowych zasad bezpieczeństwa

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

- bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć
- nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje sprzętu sportowego
- Piłka koszykowa: podania i chwyt w biegu doskonalenie, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem dolnym, piłka nożna: prowadzenie piłki slalomem, lekkoatletyka: skok w dal z miejsca, bieg na 600 m, gimnastyka: przewrót w tył – wykonuje z dużymi błędami technicznymi.
- nie potrafi odpowiednio zastosować swoich umiejętności w mini grach
- nie potrafi w większości wymienić zasad rozgrzewki
- wymienia pojedyncze przepisy gier sportowych
- nie potrafi wskazać grup mięśniowych odpowiedzialnych za prawidłową postawę ciała
- zdarzają mu się częste przypadki niestosowania zasad czystej gry: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego
- nie zależy mu na właściwej współpracy w grupie
- potrafi wskazać co najmniej jedną formę aktywności fizycznej odpowiednią dla siebie, uwzględniając warunki pogodowe i swoje możliwości.

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- nie zawsze jest aktywny na zajęciach
- z reguły jest przygotowany do zajęć
- Piłka koszykowa: podania i chwyt w biegu doskonalenie, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem dolnym, piłka nożna: prowadzenie piłki slalomem, lekkoatletyka: skok w dal z miejsca, bieg na 500 m, gimnastyka : przewrót w tył – wykonuje na miarę swoich możliwości.
- stosuje w miarę możliwości umiejętności techniczne w mini grach
- zorganizuje i poprowadzi prostą zabawę
- wymienia pojedyncze przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier sportowych
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa

- opisuje własnymi słowami zasady rozgrzewki
- zdarzają mu się przypadki niestosowania czystej gry, szacunku do rywala, respektowania przepisów gry
- stara się być dobrym kibicem i sędzią
- dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- na zajęciach jest aktywny i zaangażowany
- jest przygotowany do zajęć
- pracuje na rzecz szkolnego wychowania – fizycznego
- Piłka koszykowa: podania i chwyt w biegu doskonalenie, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem dolnym, piłka nożna: prowadzenie piłki slalomem, lekkoatletyka: skok w dal z miejsca, bieg na 800 m, gimnastyka: przewrót w tył – wykonuje z małymi błędami technicznymi.
- podczas mini gier prezentuje wysoki poziom techniczny swoich umiejętności
- zorganizuje i przeprowadzi dowolną grę ruchową
- przeprowadza fragment rozgrzewki
- omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia
- omawia w taki sposób jak umie zasady zdrowego wypoczynku
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- stara się stosować zasady czystej gry: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego
- współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- świadomie dobiera różnorodne formy aktywności fizycznej, w tym ćwiczenia kształtujące wytrzymałość, siłę i koordynację, oraz potrafi uzasadnić ich wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania
- wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach
- chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych
- jest zawsze przygotowany do zajęć
- Piłka koszykowa: podania i chwyt w biegu doskonalenie, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem dolnym, piłka nożna: prowadzenie piłki slalomem, lekkoatletyka: skok w dal z miejsca, bieg na 800 m, gimnastyka: przewrót w tył – wykonuje technicznie bezbłędnie.
- prawidłowo wykonuje układ zwinnościowo - akrobatyczny z przyborem
- potrafi dokładnie opisać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- wymienia grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała
- definiuje i opisuje zasady rozgrzewki
- wymienia zasady aktywnego wypoczynku
- stosuje zasady „czystej gry”: szanuje rywala respektuje przepisy czystej gry, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę
- doskonale współpracuje w grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- potrafi kreatywnie rozwiązywać problemy
- dba o swoje zdrowie nie używając różnych używek
- motywuje innych do aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
- inicjuje i organizuje aktywności ruchowe dla rówieśników, w tym osób o mniejszej sprawności lub specjalnych potrzebach edukacyjnych, promując zdrowy styl życia i zasady fair play.

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 405 W WARSZAWIE

Przy ustalaniu oceny z zajęć wychowania fizycznego, oprócz wysiłku wkładanego przez ucznia w wykonywanie ćwiczeń, nauczyciel bierze również pod uwagę systematyczny udział ucznia w zajęciach oraz jego aktywność, zaangażowanie. Wymagania edukacyjne są dostosowane do indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych ucznia.

Wymagania niezbędne do uzyskania poszczególnych śródrocznych ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego:

KLASA VI

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- regularnie jest nieprzygotowany do zajęć
- powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie
- w czasie gry stosuje błędną technikę
- podejmuje minimalne próby opanowania nowych umiejętności
- nie zależy mu na przyswojeniu nowych umiejętności
- nie wymienia zasad bezpieczeństwa
- w małym stopniu zna regulaminy obowiązujące w szkole
- zachowuje się niewłaściwie jako kibic, zawodnik i sędzia
- podejmuje próby uczestnictwa w prostych formach aktywności fizycznej na świeżym powietrzu, przestrzegając podstawowych zasad bezpieczeństwa.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

- bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć
- nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje sprzętu sportowego
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z biegu- dwutakt po podaniu, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem dolnym i górnym, piłka nożna: prowadzenie piłki wewnętrznym podbiciem, lekkoatletyka: rzut piłeczką palantową, gimnastyka: przewrót w przód ze stania do przysiadu podpartego wykonuje z dużymi błędami technicznymi.
- nie potrafi odpowiednio zastosować swoich umiejętności w mini grach
- nie potrafi w większości wymienić zasad rozgrzewki
- wymienia pojedyncze przepisy gier sportowych
- nie potrafi wskazać grup mięśniowych odpowiedzialnych za prawidłową postawę ciała
- zdarzają mu się częste przypadki niestosowania zasad czystej gry: szacunek do rywali, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego
- nie zależy mu na właściwej współpracy w grupie
- potrafi wskazać co najmniej jedną formę aktywności fizycznej odpowiednią dla siebie, uwzględniając warunki pogodowe i swoje możliwości

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- nie zawsze jest aktywny na zajęciach
- z reguły jest przygotowany do zajęć
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z biegu po podaniu - dwutakt, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem dolnym i górnym, piłka nożna: prowadzenie piłki wewnętrznym podbiciem, lekkoatletyka: rzut piłeczką palantową, gimnastyka: przewrót w przód ze stania do przysiadu podpartego – wykonuje na miarę swoich możliwości.
- stosuje w miarę możliwości umiejętności techniczne w mini grach
- zorganizuje i poprowadzi prostą zabawę
- wymienia pojedyncze przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier sportowych
- zna podstawowe zasady bezpieczeństwa

- opisuje własnymi słowami zasady rozgrzewki
- zdarzają mu się przypadki niestosowania czyste j gry, szacunku do rywala, respektowania przepisów gry
- stara się być dobrym kibicem i sędzią
- dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych
- planuje i realizuje tygodniową dawkę aktywności fizycznej, w tym co najmniej jedną formę ruchu na świeżym powietrzu, dbając o bezpieczeństwo swoje i innych.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- na zajęciach jest aktywny i zaangażowany
- jest przygotowany do zajęć
- pracuje na rzecz szkolnego wychowania – fizycznego
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z biegu po podaniu - dwutakt, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem dolnym i górnym, piłka nożna: prowadzenie piłki wewnętrznym podbiciem, lekkoatletyka: rzut : rzut piłeczką palantową, gimnastyka: przewrót w przód ze stania do przysiadu podpartego – wykonuje z małymi błędami technicznymi
- podczas mini gier prezentuje wysoki poziom techniczny swoich umiejętności
- zorganizuje i przeprowadzi dowolną grę ruchową
- przeprowadza fragment rozgrzewki
- omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia
- omawia w taki sposób jak umie zasady zdrowego wypoczynku
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- stara się stosować zasady czystej gry: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego
- współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- świadomie dobiera różnorodne formy aktywności fizycznej, w tym ćwiczenia kształtujące wytrzymałość, siłę i koordynację, oraz potrafi uzasadnić ich wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne.

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania
- wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach
- chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych
- jest zawsze przygotowany do zajęć
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z biegu po podaniu - dwutakt, piłka siatkowa: odbicia piłki sposobem dolnym i górnym, piłka nożna: prowadzenie piłki wewnętrznym podbiciem, lekkoatletyka: rzut : rzut piłeczką palantową, gimnastyka: przewrót w przód ze stania do przysiadu podpartego – wykonuje bezbłędnie technicznie
- potrafi dokładnie opisać, jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- wymienia grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała
- definiuje i opisuje zasady rozgrzewki
- wymienia zasady aktywnego wypoczynku
- stosuje zasady „czystej gry”: szanuje rywala respektuje przepisy czystej gry, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę
- doskonale współpracuje w grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- potrafi kreatywnie rozwiązywać problemy
- dba o swoje zdrowie nie używając różnych używek
- motywuje innych do aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
- inicjuje i organizuje aktywności ruchowe dla rówieśników, w tym osób o mniejszej sprawności lub specjalnych potrzebach edukacyjnych, promując zdrowy styl życia i zasady fair play

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 405 W WARSZAWIE

Przy ustalaniu oceny z zajęć wychowania fizycznego, oprócz wysiłku wkładanego przez ucznia w wykonywanie ćwiczeń, nauczyciel bierze również pod uwagę systematyczny udział ucznia w zajęciach oraz jego aktywność, zaangażowanie. Wymagania edukacyjne są dostosowane do indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych ucznia.

Wymagania niezbędne do uzyskania poszczególnych śródrocznych ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego:

KLASA VII

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- regularnie jest nieprzygotowany do zajęć
- powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie
- w czasie gry stosuje błędną technikę
- podejmuje minimalne próby opanowania nowych umiejętności
- nie zależy mu na przyswojeniu nowych umiejętności
- nie wymienia zasad bezpieczeństwa
- w małym stopniu udziela odpowiedzi nt. sprawności w okresie dojrzewania
- zachowuje się niewłaściwie jako kibic, zawodnik i sędzia
- podejmuje próby uczestnictwa w prostych formach aktywności fizycznej na świeżym powietrzu, przestrzegając podstawowych zasad bezpieczeństwa

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

- bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć
- nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje sprzętu sportowego
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu, podstawowe przepisy gry, piłka siatkowa: zagrywka tenisowa, piłka ręczna: rzut na bramkę z wyskoku po kozłowaniu, lekkoatletyka: przekazywanie pałeczki sztafetowej, bieg na 600-1000 m, gimnastyka: poprowadzenie rozgrzewki gimnastycznej – wykonuje z dużymi błędami technicznymi
- nie potrafi odpowiednio zastosować swoich umiejętności w grach szkolnych jako zawodnik i jako sędzia
- w bardzo małym stopniu potrafi wymienić zmiany jakie zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania
- wymienia pojedyncze czynniki które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie
- zdarzają mu się częste przypadki niestosowania zasad czystej gry: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- nie zawsze jest aktywny na zajęciach
- z reguły jest przygotowany do zajęć
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu, podstawowe przepisy gry, piłka siatkowa: zagrywka tenisowa, piłka ręczna: rzut na bramkę z wyskoku po kozłowaniu, lekkoatletyka: przekazywanie pałeczki sztafetowej, bieg na 600-100 m, gimnastyka: poprowadzenie rozgrzewki gimnastycznej – wykonuje na miarę swoich możliwości.
- podchodzi do wykonywania ćwiczeń zwinnościowo – akrobatycznych
- stara się dobrze pełnić funkcję uczestnika gier szkolnych jako zawodnik i jako sędzia
- omawia pojedyncze zmiany jakie zachodzą w organizmie w okresie dojrzewania
- omawia ogólnie konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych
- zdarzają mu się przypadki niestosowania czystej gry, szacunku do rywala, respektowania przepisów gry

- stara się być dobrym kibicem i sędzią
- dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych
- planuje i realizuje tygodniową dawkę aktywności fizycznej, w tym co najmniej jedną formę ruchu na świeżym powietrzu, dbając o bezpieczeństwo swoje i innych.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- na zajęciach jest aktywny i zaangażowany
- jest przygotowany do zajęć
- pracuje na rzecz szkolnego wychowania – fizycznego
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu, podstawowe przepisy gry, piłka siatkowa: zagrywka tenisowa, piłka ręczna: rzut na bramkę z wysokości po kozłowaniu, lekkoatletyka: przekazywanie pałeczki sztafetowej, bieg na 600-1000 m, gimnastyka: poprowadzenie rozgrzewki gimnastycznej – wykonuje z małymi błędami technicznymi
- dobrze odgrywa rolę uczestnika gier szkolnych jako zawodnik i jako sędzia
- omawia podstawowe zmiany jakie zachodzą w organizmie w okresie dojrzewania
- omawia ogólnie konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych
- wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w okresie dojrzewania
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- stara się stosować zasady czystej gry: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego
- współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- świadomie dobiera różnorodne formy aktywności fizycznej, w tym ćwiczenia kształtujące wytrzymałość, siłę i koordynację, oraz potrafi uzasadnić ich wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania
- wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach
- chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych
- jest zawsze przygotowany do zajęć
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu, podstawowe przepisy gry, piłka siatkowa: zagrywka tenisowa, piłka ręczna: rzut na bramkę z wysokości po kozłowaniu, lekkoatletyka: przekazywanie pałeczki sztafetowej, bieg na 600-1000 m, gimnastyka: poprowadzenie rozgrzewki gimnastycznej – wykonuje bezbłędnie technicznie
- jest przykładem wzorowego uczestnika gier szkolnych jako zawodnik i jako sędzia
- omawia zmiany jakie zachodzą w organizmie w okresie dojrzewania
- omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- wyjaśnia idee olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych
- stosuje zasady „czystej gry”: szanuje rywala respektuje przepisy czystej gry, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę
- doskonale współpracuje w grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- potrafi kreatywnie rozwiązywać problemy
- dba o swoje zdrowie nie używając różnych używek
- motywuje innych do aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
- inicjuje i organizuje aktywności ruchowe dla rówieśników, w tym osób o mniejszej sprawności lub specjalnych potrzebach edukacyjnych, promując zdrowy styl życia i zasady fair play

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO SZKOŁY PODSTAWOWEJ NR 405 W WARSZAWIE

Przy ustalaniu oceny z zajęć wychowania fizycznego, oprócz wysiłku wkładanego przez ucznia w wykonywanie ćwiczeń, nauczyciel bierze również pod uwagę systematyczny udział ucznia w zajęciach oraz jego aktywność, zaangażowanie. Wymagania edukacyjne są dostosowane do indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych ucznia.

Wymagania niezbędne do uzyskania poszczególnych śródrocznych ocen klasyfikacyjnych z wychowania fizycznego:

KLASA VIII

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:

- regularnie jest nieprzygotowany do zajęć
- powierzone zadania wykonuje bardzo niestarannie
- w czasie gry stosuje błędną technikę
- podejmuje minimalne próby opanowania nowych umiejętności
- nie zależy mu na przyswojeniu nowych umiejętności
- nie wymienia zasad bezpieczeństwa
- w małym stopniu udziela odpowiedzi nt. sprawności w okresie dojrzewania
- zachowuje się niewłaściwie jako kibic, zawodnik i sędzia
- podejmuje próby uczestnictwa w prostych formach aktywności fizycznej na świeżym powietrzu, przestrzegając podstawowych zasad bezpieczeństwa.

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który:

- bywa bardzo często nieprzygotowany do zajęć
- nie pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego i nie szanuje sprzętu sportowego
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu slalomem, piłka siatkowa: wystawienie piłki sposobem oburącz górnym, piłka ręczna: rzut na bramkę z wyskoku po podaniu od współwiczacego, lekkoatletyka: przekazywanie pałeczki sztafetowej, bieg na 60 m , gimnastyka: prowadzi rozgrzewkę do lekcji gimnastycznej - wykonuje z dużymi błędami technicznymi.
- nie potrafi odpowiednio zastosować swoich umiejętności w grach szkolnych jako zawodnik i jako sędzia
- nie potrafi samodzielnie przeprowadzić rozgrzewki
- w bardzo małym stopniu potrafi wymienić zmiany jakie zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania
- wymienia pojedyncze czynniki które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie
- zdarzają mu się częste przypadki niestosowania zasad czystej gry: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego
- nie zależy mu na właściwej współpracy w grupie

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który:

- nie zawsze jest aktywny na zajęciach
- z reguły jest przygotowany do zajęć
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu slalomem, piłka siatkowa: wystawienie piłki sposobem oburącz górnym, piłka ręczna: rzut na bramkę z wyskoku po podaniu od współwiczacego, lekkoatletyka: przekazywanie pałeczki sztafetowej, bieg na 60 m , gimnastyka: prowadzi rozgrzewkę do lekcji gimnastycznej – wykonuje na miarę swoich możliwości
- stara się dobrze pełnić funkcję uczestnika gier szkolnych jako zawodnik i jako sędzia
- przeprowadza prostą rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności
- omawia pojedyncze zmiany jakie zachodzą w organizmie w okresie dojrzewania
- omawia ogólnie konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych

- zdarzają mu się przypadki niestosowania czystej gry, szacunku do rywala, respektowania przepisów gry
- stara się być dobrym kibicem i sędzią
- dokonuje ogólnej samooceny możliwości psychoruchowych
- planuje i realizuje tygodniową dawkę aktywności fizycznej, w tym co najmniej jedną formę ruchu na świeżym powietrzu, dbając o bezpieczeństwo swoje i innych.

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który:

- na zajęciach jest aktywny i zaangażowany
- jest przygotowany do zajęć
- pracuje na rzecz szkolnego wychowania fizycznego
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu slalomem, piłka siatkowa: wystawienie piłki sposobem oburącz górnym, piłka ręczna: rzut na bramkę z wysokości po podaniu od współwiczacego, lekkoatletyka: przekazywanie pałeczki sztafetowej, bieg na 60 m , gimnastyka: prowadzi rozgrzewkę do lekcji gimnastycznej – wykonuje z małymi błędami technicznymi
- dobrze odgrywa rolę uczestnika gier szkolnych jako zawodnik i jako sędzia
- planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności
- omawia podstawowe zmiany jakie zachodzą w organizmie w okresie dojrzewania
- omawia ogólnie konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych
- wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w okresie dojrzewania
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- stara się stosować zasady czystej gry: szacunek do rywala, respektuje przepisy gry, podporządkowuje się decyzjom sędziego
- współpracuje w grupie, szanując poglądy i wysiłki innych, wykazując asertywność i empatię
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- świadomie doбира różnorodne formy aktywności fizycznej, w tym ćwiczenia kształtujące wytrzymałość, siłę i koordynację, oraz potrafi uzasadnić ich wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który:

- wkłada bardzo dużo wysiłku w wykonywane zadania
- wykazuje bardzo dużą aktywność i zaangażowanie na lekcjach
- chętnie reprezentuje szkołę w rozgrywkach sportowych
- jest zawsze przygotowany do zajęć
- Piłka koszykowa: rzut do kosza z dwutaktu po kozłowaniu slalomem, piłka siatkowa: wystawienie piłki sposobem oburącz górnym, piłka ręczna: rzut na bramkę z wysokości po podaniu od współwiczacego, lekkoatletyka: przekazywanie pałeczki sztafetowej, bieg na 60 m , gimnastyka: prowadzi rozgrzewkę do lekcji gimnastycznej – wykonuje bezbłędnie technicznie
- jest przykładem wzorowego uczestnika gier szkolnych jako zawodnik i jako sędzia
- planuje i przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności
- omawia zmiany jakie zachodzą w organizmie w okresie dojrzewania
- omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych
- zna zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych
- wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych
- stosuje zasady „czystej gry”: szanuje rywala respektuje przepisy czystej gry, właściwie zachowuje się w sytuacji zwycięstwa i porażki, dziękuje za wspólną grę
- doskonale współpracuje w grupie, szanuje poglądy i wysiłki innych
- dokonuje samooceny możliwości psychoruchowych
- potrafi kreatywnie rozwiązywać problemy
- dba o swoje zdrowie nie używając różnych używek
- motywuje innych do aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności i osób o specjalnych potrzebach edukacyjnych
- inicjuje i organizuje aktywności ruchowe dla rówieśników, w tym osób o mniejszej sprawności lub specjalnych potrzebach edukacyjnych, promując zdrowy styl życia i zasady fair play

