**Obraz zawierający tekst

Opis wygenerowany automatycznie**Szkoła Podstawowa im. Wołyńskiej Brygady Kawalerii

w Dębem Wielkim

Wymagania edukacyjne w roku szkolnym 2023/24

**WYMAGANIA EDUKACYJNE NA OCENY ŚRÓDROCZNE I ROCZNE**

**PRZEDMIOT: wychowanie fizyczne**

**KLASA: klasa II b, c, d**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lekcja/ dział** |  | **Wymagania na ocenę** | | | | |
| **Ocena**  **niedostateczna (do poprawy)** | **Ocena dopuszczająca**  **(zaliczone)** | **Ocena dostateczna**  **(poprawnie)** | **Ocena dobra**  **(dobrze)** | **Ocena bardzo dobra**  **(bardzo dobrze)** | **Ocena celująca**  **(celująco)** |
| **Uczeń:** | | | | | |
| KSZTAŁTOWANIE SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ I WYCHOWANIE ZDROWOTNE | • Nie podejmuje jakichkolwiek prób wykonywania ćwiczeń. | • Nie zawsze chętnie uczestniczy w marszo- biegach.  • Nie zawsze poprawnie wykonuje ćwiczenia gimnastyczne. | • Uczestniczy w marszo- biegach.  • Wykonuje podstawowe ćwiczenia gimnastyczne. | • Bierze udział w mar- szobiegach.  • Wykonuje ćwiczenia gimnastyczne, równoważne, wzmacniające mięśnie brzucha i kręgosłupa.  • Doskonali swoją siłę fizyczną. | • Uczestniczy w marszobiegu trwającym co najmniej 10 minut.  • Umie wykonać próbę siły mięśni brzucha oraz próbę gibkości dolnego odcinka kręgosłupa.  • Doskonali swoją siłę fizyczną poprzez for- my ruchu kształtujące szybkość, koordynację i skoczność. | • Uczestniczy w marszobiegu trwającym co najmniej 10 minut.  • Umie wykonać próbę siły mięśni brzucha oraz próbę gibkości dolnego odcinka kręgosłupa.  • Doskonali swoją siłę fizyczną poprzez for- my ruchu kształtujące szybkość, koordynację i skoczność. |
| DBAŁOŚĆ O ZDROWIE | • Nie podejmuje jakichkolwiek prób wykonywania ćwiczeń. | * Nie zawsze chętnie uczestniczy w marszobiegach. * Nie zawsze poprawnie wykonuje ćwiczenia gimnastyczne. | * Uczestniczy w marszo - biegach. * Wykonuje podstawowe ćwiczenia gimnastyczne. | * Bierze udział w mar- szobiegach. * Wykonuje ćwiczenia gimnastyczne, równoważne, wzmacniające mięśnie brzucha i krę- gosłupa. * Doskonali swoją siłę fizyczną. | * Uczestniczy w marszo- biegu trwającym co najmniej 10 minut. * Umie wykonać próbę siły mięśni brzucha oraz próbę gibkości dolnego odcinka kręgosłupa. * Doskonali swoją siłę fizyczną poprzez formy ruchu kształtujące szybkość, koordynację i skoczność. | * Uczestniczy w marszobiegu trwającym co najmniej 10 minut. * Umie wykonać próbę siły mięśni brzucha oraz próbę gibkości dolnego odcinka kręgosłupa. * Doskonali swoją siłę fizyczną poprzez formy ruchu kształtujące szybkość, koordynację i skoczność. |
| KSZTAŁTOWANIE SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ PRZEZ SPORTY Z ELEMENTAMI MINI GIER ZESPOŁOWYCH I ĆWICZEŃ REKREACYJNYCH | * Ma duże problemy podczas wykonywania ćwiczeń z piłką. * Niechętnie uczestniczy w grach i zabawach ruchowych, nie zna przepisów i nie respektuje decyzji sędziego. | * Nie zawsze potrafi wykonać ćwiczenia z piłką. * Wymaga zachęty do uczestniczenia w grach i zabawach. * Ma problemy z właściwym zachowaniem w sytuacjach zwycięstwa i porażki. | * Dość sprawnie wykonuje ćwiczenia z piłką. * Stara się brać czynny udział w grach i zaba- wach. * Niezbyt dobrze orietuje się w regułach gier zespołowych. * Stara się właściwie zachowywać w sy- tuacjach zwycięstwa i porażki. | * Posługuje się piłką: rzuca, chwyta, kozłuje, odbija i prowadzi ją. * Uczestniczy w zabawach i grach ruchowych, stara się respektować reguły   i podporządkować się decyzjom sędziego.   * Dość dobrze zna podstawowe przepisy obowiązujące w grach zespołowych. * Właściwie zachowuje się w sytuacjach zwy- cięstwa i porażki. | * Opanował rzuty, chwyty, kozłowanie, odbicia piłki. * Zawsze uczestniczy w zabawach i grach   ruchowych, respektując reguły i podporządkowując się decyzjom sędziego.   * Zna podstawowe przepisy obowiązujące w grach zespołowych. * Właściwie zachowuje się w sytuacjach zwycięstwa i porażki. | * Wspaniale opanował rzuty, chwyty, kozłowanie, odbicia piłki. * Bierze udział w zabawach, minigrach i grach terenowych, zawodach sportowych, respektując reguły i podporządkowując się decyzjom sędziego. * Zna przepisy obowiązujące w grach zespołowych. * Właściwie zachowuje się w sytuacjach zwycięstwa i porażki. |
| KSZTAŁTOWANIE ZACHOWAŃ W ZAKRESIE BEZPIECZEŃSTWA I HIGIENY OSOBISTEJ | * Nie przywiązuje wagi do higieny osobistej. * Nie potrafi samodzielnie i bezpiecznie korzy- stać z przyborów do ćwiczeń gimnastycznych. * Wymaga częstego przypomina-nia o zasadach bezpiecznego zachowania podczas zajęć ruchowych. | * Na ogół dba o higienę osobistą i czystość odzieży. * Wie, jak wykorzystać najczęściej używane przybory do ćwiczeń gimnastycznych. * Nie zawsze przestrzega zasad bezpiecznego zachowania podczas zajęć ruchowych. | * Dba o higienę osobistą i czystość odzieży. * Wie, jak wykorzystać przybory do ćwiczeń gimnastycznych. * Przestrzega zasad bez- piecznego zachowania podczas zajęć ruchowych. * Potrafi wybrać bez pieczne miejsce do gier i zabaw. | * Stosuje konieczne dla zdrowia zabiegi higie- niczne, dba o czystość odzieży. * Przestrzega zasad bez- piecznego zachowania się w trakcie zajęć ruchowych; posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem. * Potrafi wybrać bez- pieczne miejsce do gier i zabaw; wie jak właściwie zachować się w sy- tuacjach zagrożenia. | * Rozumie potrzebę sto- sowania koniecznych dla zdrowia zabiegów higienicznych, dba o czystość odzieży. * Przestrzega zasad bez- piecznego zachowania się w trakcie zajęć ruchowych; posługuje się przyborami sportowymi bezpiecznie   i zgodnie z ich przeznaczeniem.   * Potrafi wybrać bezpieczne miejsce do gier i zabaw; wie jak właściwie zachować się w sytuacjach zagrożenia. | * Wie, jak należy dbać o zdrowie, aby zapobiegać chorobie; dba o higienę. * Zawsze przestrzega zasad bezpiecznego zachowania się w trakcie zajęć ruchowych; posługuje się przyborami sportowymi bezpiecznie i zgodnie z ich przeznaczeniem. * Potrafi wybrać bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych; wie, do kogo zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia. |