

WYCHOWANIE FIZYCZNE

Wymagania edukacyjne w klasie czwartej:

Ocena śródroczna	Ocena roczna
<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 600m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- bieg na 60m,- prowadzenie piłki do unihokeja slalomem,- podania oburącz sprzed klatki piersiowej,- skłon tułowia w przód,- kozłowanie piłki w marszu lub biegu slalomem,	<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 600m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- jazda przodem i tyłem na łyżwach,- przewrót w przód z przysiadu do przysiadu,- odbicia piłki sposobem oburącz górnym,- podania jednorącz w marszu p. ręczną,- uczeń zna podstawowe przepisy minigier zespołowych.

Ze względu na indywidualne podejście do każdego ucznia, dostosowujemy ocenę do możliwości, gdzie zwracamy uwagę na zaangażowanie dziecka i uzyskany postęp w umiejętnościach.

Dodatkowym filarem oceny z wychowania fizycznego jest przygotowanie ucznia do zajęć, czyli posiadanie stroju sportowego.

Również dodatkowa aktywność sportowa, w klubach, czy udział w sks-ach i reprezentowanie szkoły jest nagradzane częstkową oceną celującą.

Wymagania edukacyjne w klasie piątej:

Ocena śródroczna	Ocena roczna
<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 600m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- bieg na 60m,- przewroty łączone w przód i w tył,- rzut do kosza z dwutaktu,- jazda przodem i tyłem slalomem,- uderzenia piłki do unihokeja na bramkę,	<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 600m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- rzut na bramkę w biegu,- odbicia piłki sposobem oburącz górnym w parach,- zagrywka sposobem dolnym,- uczeń potrafi zmierzyć tętno.

Ze względu na indywidualne podejście do każdego ucznia, dostosowujemy ocenę do możliwości, gdzie zwracamy uwagę na zaangażowanie dziecka i uzyskany postęp w umiejętnościach.

Dodatkowym filarem oceny z wychowania fizycznego jest przygotowanie ucznia do zajęć, czyli posiadanie stroju sportowego.

Również dodatkowa aktywność sportowa, w klubach, czy udział w sks-ach i reprezentowanie szkoły jest nagradzane częstkową oceną celującą.

Wymagania edukacyjne w klasie szóstej:

Ocena śródroczna	Ocena roczna
<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 600 i 1000m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- bieg na 60m,- skok w dal z miejsca,- skłon tułowia w przód,- stanie na rękach przy drabinkach,- prowadzenie piłki slalomem ze strzałem na bramkę,- przeplatanka na łyżwach przodem w obu kierunkach,	<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 600 i 1000m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- skok w dal z miejsca,- rzut na bramkę po zwodzie,- odbicia piłki sposobem oburącz dolnym,- prowadzenie piłki slalomem ze strzałem na bramkę,- przeplatanka na łyżwach przodem w obu kierunkach,- podania oburącz sprzed klatki piersiowej w biegu,- uczeń potrafi przygotować i przeprowadzić rozgrzewkę.

Ze względu na indywidualne podejście do każdego ucznia, dostosowujemy ocenę do możliwości, gdzie zwracamy uwagę na zaangażowanie dziecka i uzyskany postęp w umiejętnościach.

Dodatkowym filarem oceny z wychowania fizycznego jest przygotowanie ucznia do zajęć, czyli posiadanie stroju sportowego.

Również dodatkowa aktywność sportowa, w klubach, czy udział w sks-ach i reprezentowanie szkoły jest nagradzane częściową oceną celującą.

Wymagania edukacyjne w klasie siódmej:

Ocena śródroczna	Ocena roczna
<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 800 i 1000m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- krótki układ gimnastyczny,- podania oburącz sprzed klatki piersiowej w biegu zakończone rzutem z dwutaktu,- podania w parach ze zmianą miejsca zakończone strzałem na bramkę,- przeplatanka na łyżwach tyłem w obu kierunkach,	<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 800 i 1000m,- bieg na 100m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- odbicia piłki sposobem oburącz dolnym i górnym w parach,- podania piłki w biegu zakończone rzutem w wysokości,- uczeń oblicza BMI i potrafi zinterpretować wynik.

Ze względu na indywidualne podejście do każdego ucznia, dostosowujemy ocenę do możliwości, gdzie zwracamy uwagę na zaangażowanie dziecka i uzyskany postęp w umiejętnościach.

Dodatkowym filarem oceny z wychowania fizycznego jest przygotowanie ucznia do zajęć, czyli posiadanie stroju sportowego.

Również dodatkowa aktywność sportowa, w klubach, czy udział w sks-ach i reprezentowanie szkoły jest nagradzane częściową oceną celującą.

Wymagania edukacyjne w klasie ósmej:

Ocena śródroczna	Ocena roczna
<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 800 i 1000m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- skłon tułowia w przód,- piramidy dwójkowe,- rzut z dwutaktu po podaniach w parach,- strzał na bramkę po prowadzeniu piłeczki do unihokeja.	<ul style="list-style-type: none">- siła mięśni brzucha – siady z leżenia w czasie 30s,- bieg na 800 i 1000m,- bieg na 100m,- bieg wahadłowy 4x 10m,- prowadzenie i podania krążka kijem do hokeja,- zagrywka sposobem górnym,- znajomość współczesnych aplikacji i urządzeń elektronicznych do oceny własnej aktywności fizycznej.

Ze względu na indywidualne podejście do każdego ucznia, dostosowujemy ocenę do możliwości, gdzie zwracamy uwagę na zaangażowanie dziecka i uzyskany postęp w umiejętnościach.

Dodatkowym filarem oceny z wychowania fizycznego jest przygotowanie ucznia do zajęć, czyli posiadanie stroju sportowego.

Również dodatkowa aktywność sportowa, w klubach, czy udział w sks-ach i reprezentowanie szkoły jest nagradzane częściową oceną celującą.