

WYMAGANIA EDUKACYJNE - WYCHOWANIE FIZYCZNE

Wymagania edukacyjne gimnastyka dziewczyn

| Poziom | Celujący | Bardzo Dobry | Dobry | Dostateczny | Dopuszczający | Niedostateczny |
|-----------|---|--|--|---|---|---|
| Klasa III | Wykonuje przewrót w przód z naskoku z zaznaczeniem fazy lotu o nogach prostych do rozkroku. Wykonuje przewrót w tył z pozycji stojącej do pozycji stojącej. | Wykonuje przewrót w przód z naskoku z zaznaczeniem fazy lotu o nogach prostych do pozycji stojącej. Wykonuje przewrót w tył z pozycji stojącej do rozkroku. | Wykonuje przewrót w przód i tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego zna zasady samoasekuracji | Wykonuje przewrót w przód i tył z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego z pomocą nauczyciela zna zasady samoasekuracji | Nie potrafi wykonać przewrotu w przód i tył zna zasady samoasekuracji | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnym z wyznaczonych i ustalonych terminach |
| Klasa III | Wykonuje wymyk przodem samodzielnie do podporu przodem. Nogi proste w stawie kolanowym, palce obciążone. Powrót do postawy odmykiem. | Wykonuje wymyk przodem samodzielnie do podporu przodem z drobnymi błędami technicznymi(nogi ugięte w kolanach , ramiona nie wyprostowane w stawach łokciowych)Powrót do postawy odmykiem | Wykonuje wymyk przodem z pomocą nauczyciela Powrót do postawy odmykiem zna zasady samoasekuracji podczas ćwiczeń na drążku | Podjmuje próbę wykonania ćwiczenia z pomocą nauczyciela, ruch jest uproszczony , zna zasady samoasekuracji | Nie potrafi wykonać wymyku i odmyku na drążku , zna zasady samoasekuracji | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnym z wyznaczonych i ustalonych terminach |
| Klasa III | Wykonuje samodzielnie stanie na rękach przy drabinkach z postawy zasadniczej,nogi proste. Prawidłowy powrót do postawy | Wykonuje samodzielnie stanie na rękach przy drabinkach z postawy zasadniczej z niewielkimi błędami technicznymi | Wykonuje ćwiczenie z pomocą nauczyciela zna zasady samoasekuracji | Podjmuje próbę wykonania ćwiczenia z pomocą nauczyciela, ruch jest uproszczony , zna zasady samoasekuracji | Nie potrafi wykonać stania na rękach zna zasady samoasekuracji | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych wyznaczonych i ustalonych terminach |
| Klasa III | Wykonuje samodzielnie przerzut bokiem z postawy zasadniczej , wyprostowane nogi i ramiona podczas całego ćwiczenia | Wykonuje samodzielnie przerzut bokiem z postawy zasadniczej z niewielkimi błędami technicznymi | Wykonuje ćwiczenie z pomocą nauczyciela , zna zasady samoasekuracji | Podjmuje próbę wykonania ćwiczenia z pomocą nauczyciela, ruch jest uproszczony ,zn a zasady samoasekuracji | Nie potrafi wykonać przerzutu bokiem zna zasady samoasekuracji | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych ustalonych i wyznaczonych terminach |

Wymagania edukacyjne LA dziewczyn

| Poziom | Celujący | Bardzo Dobry | Dobry | Dostateczny | Dopuszczający | Niedostateczny |
|-----------|---|---|---|---|--|--|
| Klasa III | Zna zasady rozgrywania konkurencji LA 400m i 100m, zna i potrafi wykonać start niski, potrafi dynamicznie i rytmicznie przebiec cały dystans, osiąga wyniki ponadprzeciętne | Zna zasady rozgrywania konkurencji LA 400m, 100m, zna i potrafi wykonać start niski, potrafi dynamicznie i rytmicznie przebiec cały dystans w dobrym tempie | Potrafi wykonać start niski, potrafi dynamicznie i rytmicznie przebiec dystans, 100m i 400m, uzyskuje wyniki jak w klasie II i I | Samodzielnie potrafi wykonać start niski, potrafi przebiec dystans 100m i 400m, dostosowując tempo do swoich możliwości | Przy pomocy nauczyciela zastosuje start niski, potrafi przebiec dystans 400m i 100m, dostosowując tempo do swoich możliwości, osiąga wyniki niższe od uzyskanych w klasie II i I | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych ustalonych i wyznaczonych terminach |
| | | | | | | |
| Klasa III | Zna zasady rozgrywania konkurencji LA, Potrafi samodzielnie odmierzyć i wykonać dynamiczny rozbieg zakończony odbiciem obunóż z zaakcentowaniem techniki piersiowej | Zna zasady rozgrywania konkurencji LA, Potrafi samodzielnie odmierzyć i wykonać dynamiczny rozbieg zakończony odbiciem obunóż | Potrafi samodzielnie odmierzyć i wykonać dynamiczny rozbieg zakończony odbiciem obunóż, uzyskuje wyniki słabsze niż w klasie I i II | Potrafi samodzielnie odmierzyć i wykonać rozbieg zakończony odbiciem obunóż | Przy pomocy nauczyciela potrafi odmierzyć i wykonać samodzielny rozbieg zakończony odbiciem jedenonóż | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych ustalonych i wyznaczonych terminach |
| Klasa III | Zna i potrafi zademonstrować podstawowe ćwiczenia z zakresu: - techniki rzutu piłką lekarską. wyróżnia się bardzo dobrą techniką i dynamiką rzutu, uzyskuje wyniki ponadprzeciętne. | .Wyróżnia się bardzo dobrą techniką i dynamiką rzutu, uzyskuje wyniki lepsze niż w klasie I i II | Wyróżnia się dobrą techniką i dynamiką rzutu, uzyskuje wyniki podobne jak w klasie I i II | Potrafi samodzielnie wykonać rzut piłką lekarską, uzyskuje wyniki słabsze niż I i II klasie | Przy pomocy nauczyciela potrafi wykonać rzut piłką lekarską | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych ustalonych i wyznaczonych terminach |

Wymagania edukacyjne Koszykówka dziewczyn

| Poziom | Celująca | Bardzo Dobra | Dobra | Dostateczna | Dopuszczająca | Niedostateczna |
|-----------|--|---|---|---|--|--|
| Klasa III | Płynie i dynamicznie wykonuje kozłowanie ze zmianą kierunku i tempa prawą i lewą ręką, potrafi celnie wykonać rzuty do kosza w biegu po kozłowaniu z prawej i lewej strony z wyróżniającą techniką | Potrafi celnie wykonać rzuty do kosza w biegu po kozłowaniu z prawej i lewej strony z bardzo dobrą techniką | Potrafi celnie wykonać rzuty do kosza w biegu po kozłowaniu z prawej i lewej strony | Potrafi wykonać rzuty z biegu po kozłowaniu tylko na lepszą rękę | Potrafi wykonać rzut do kosza po kozłowaniu w biegu z pomocą nauczyciela | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych ustalonych i wyznaczonych terminach |
| Klasa III | Wszystkie elementy wykonane wzorową techniką, skuteczne (celne) rzuty 3 | Wszystkie elementy wykonane bardzo dobrą techniką, skuteczne (celne) rzuty 2 | Wszystkie elementy wykonane bardzo dobrą techniką, skuteczne (celne) rzuty 1 | Wszystkie elementy wykonane poprawną techniką rzuty nie skuteczne | Potrafi wykonać rzuty osobiste do kosza przy pomocy nauczyciela | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych ustalonych i wyznaczonych terminach |

Wymagania edukacyjne Piłka siatkowa dziewczyn

| Poziom | Celująca | Bardzo dobra | Dobra | Dostateczna | Dopuszczająca | Niedostateczna |
|-----------|---|---|--|--|--|--|
| Klasa III | Płynie i z wyróżniającą techniką wykonuje na przemian odbicia górne i dolne w postawie siatkarskiej | Płynie i z bardzo dobrą techniką wykonuje na przemian odbicia górne i dolne w postawie siatkarskiej | Potrafi wykonać odbicia górne i dolne na przemian ,popelnia błędy techniczne | Potrafi wykonać tylko odbicia górne lub dolne ma problemy z wykonaniem ćwiczenia na przemian | Potrafi wykonać odbicia przy pomocy nauczyciela | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych ustalonych i wyznaczonych terminach |
| Klasa III | Wykonuje zagrywkę kierunkową w określone miejsce na boisku z wyróżniającą techniką i siłą | Wykonuje zagrywkę z bardzo dobrą techniką | Wykonuje zagrywkę sposobem górnym z dobrą techniką , zdużają się zagrywki nieskuteczne | Potrafi wykonać zagrywkę tylko sposobem dolnym | Potrafi wykonać zagrywkę przy pomocy nauczyciela | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w ustalonych i wyznaczonych terminach |

Wymagania edukacyjne Piłka ręczna dziewczyn

| Poziom | Celująca | Bardzo dobra | Dobra | Dostateczna | Dopuszczająca | Niedostateczna |
|-----------|--|--|---|---|--|--|
| Klasa III | Nie popełnia żadnych błędów technicznych, bardzo dobrze panuje nad piłką płynnie i z wyróżniającą techniką wykonuje skuteczny rzut | Nie popełnia żadnych błędów technicznych, bardzo dobrze panuje nad piłką płynnie i z bardzo dobrą techniką wykonuje skuteczny rzut | Popełnia drobne błędy techniczne. Dobrze panuje nad piłką. Wykonuje zadanie płynnie w niezbyt szybkim tempie lecz zgodnie z przepisami. Rzut słabszy lecz skuteczny | Popełnia błędy techniczne. Panuje nad piłką w sposób dostateczny. Wykonuje zadanie w wolnym tempie, niezbyt płynnie, z naruszeniem przepisów gry. Słaby nie skuteczny rzut. | Potrafi wykonać rzut przy pomocy nauczyciela Nie panuje nad piłką. Wykonuje zadanie w wolnym tempie, chaotycznie jednak stara się, | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych ustalonych i wyznaczonych terminach |

Wymagania edukacyjne Taniec dziewczyn

| Poziom | Celująca | Bardzo dobra | Dobra | Dostateczna | Dopuszczająca | Niedostateczna |
|-----------|--|---|---|--|---|--|
| Klasa III | Uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą i wybiega swoimi umiejętnościami daleko poza te wymagania. | Uczeń zna krok podstawowy cha-cha. Potrafi z partnerem zatańczyć cha-cha w rytm muzyki, wykonać krok zmienny lub inne dodatkowe elementy tańca. Aktywnie uczestniczy w zajęciach tańcząc poloneza i inne tańce. | Uczeń zna krok podstawowy cha-cha. Potrafi z partnerem zatańczyć cha-cha w rytm muzyki, zdarzają mu się błędy kroków lub gubi rytm. Aktywnie uczestniczy w zajęciach tańcząc poloneza i inne tańce. | Uczeń zna krok podstawowy cha-cha. Potrafi z partnerem zatańczyć cha-cha w rytm muzyki, popełnia jednak dużo błędów w tańcu. Aktywnie uczestniczy w zajęciach tańcząc poloneza i inne tańce. | Uczeń nie zna kroku podstawowy cha-cha. Podejmuje próbę tańca z partnerem cha-cha. Jest mało aktywny podczas zajęć z tańca. | Uczennica nie przystąpiła do sprawdzianu w żadnych ustalonych i wyznaczonych terminach |

Kolejność wykonywania poszczególnych sprawdzianów uzależniona jest od umiejętności poszczególnych uczniów, ogólnej sprawności całej grupy oraz przede wszystkim warunków atmosferycznych w danym roku szkolnym.