

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLASY VI

Opracowano na podstawie podstawy programowej kształcenia ogólnego oraz programu nauczania „Magia ruchu”, wydawnictwo JU.DM-WF s.c., dla klasy VI szkoły podstawowej.

Ocena	Wymagania edukacyjne
6 – celujący	Uczeń systematycznie i aktywnie uczestniczy w zajęciach wychowania fizycznego, świadomie kształtuje własną sprawność fizyczną oraz podejmuje działania służące zdrowiu i aktywnemu stylowi życia. Samodzielnie doskonali poznane umiejętności ruchowe oraz skutecznie wykorzystuje je w różnorodnych sytuacjach indywidualnych i zespołowych. Analizuje technikę wykonywanych ćwiczeń, rozpoznaje przyczyny błędów i dobiera skuteczne sposoby ich poprawy. Samodzielnie planuje i realizuje działania rozwijające określone zdolności motoryczne, uwzględniając własne możliwości oraz zasady racjonalnego treningu. Interpretuje wyniki prób sprawności fizycznej, dokonuje oceny własnych postępów i formułuje wnioski dotyczące dalszego rozwoju. Świadomie stosuje zasady bezpieczeństwa, higieny, fair play i odpowiedzialnego zachowania podczas aktywności fizycznej. Wykazuje inicjatywę w organizowaniu ćwiczeń, gier i zabaw ruchowych, współpracuje z zespołem, podejmuje odpowiedzialne role oraz wspiera innych uczestników zajęć. Wykorzystuje wiedzę z zakresu zdrowia, aktywności fizycznej i profilaktyki zdrowotnej w codziennym życiu .
5 – bardzo dobry	Uczeń aktywnie uczestniczy w zajęciach i sprawnie wykonuje poznane elementy techniczne oraz zadania ruchowe. Stosuje zdobyte umiejętności w różnych formach aktywności fizycznej, przestrzegając zasad techniki, przepisów oraz bezpieczeństwa. Wyjaśnia znaczenie systematycznej aktywności fizycznej dla zdrowia i rozwoju organizmu. Dobiera ćwiczenia odpowiednie do rozwijania wybranych zdolności motorycznych oraz ocenia ich wpływ na własną sprawność. Analizuje swoje wyniki i określa sposoby poprawy osiągnięć ruchowych. Odpowiedzialnie współpracuje w grupie, respektuje zasady fair play i właściwie reaguje w sytuacjach wymagających przestrzegania zasad współżycia społecznego .
4 – dobry	Uczeń regularnie uczestniczy w zajęciach i poprawnie wykonuje poznane ćwiczenia oraz elementy techniczne. Wykorzystuje zdobyte umiejętności podczas gier, zabaw i innych form aktywności ruchowej. Zna i stosuje podstawowe zasady techniki, przepisy oraz zasady bezpieczeństwa. Rozumie wpływ aktywności fizycznej na zdrowie i potrafi wskazać sposoby rozwijania własnej sprawności. Wykonuje ćwiczenia kształtujące zdolności motoryczne i wykorzystuje poznane informacje w praktyce. Współpracuje z zespołem, przestrzega zasad fair play oraz podejmuje odpowiedzialność za własne zachowanie podczas zajęć.
3 – dostateczny	Uczeń wykonuje podstawowe zadania ruchowe i opanował wybrane umiejętności umożliwiające aktywny udział w zajęciach. Rozpoznaje podstawowe zasady wykonywania ćwiczeń, przepisy wybranych gier oraz zasady bezpiecznego uczestnictwa w aktywności fizycznej. Wymienia znaczenie ruchu dla zdrowia oraz zna podstawowe zasady prowadzenia aktywnego stylu życia. Podejmuje próby zastosowania poznanych umiejętności w praktycznych sytuacjach ruchowych. Przestrzega podstawowych zasad współpracy i potrafi wskazać elementy wymagające dalszego doskonalenia .
2 – dopuszczający	Uczeń wykonuje proste zadania ruchowe oraz uczestniczy w podstawowych formach aktywności fizycznej. Rozpoznaje wybrane zasady bezpieczeństwa, higieny i organizacji zajęć. Zna podstawowe informacje dotyczące znaczenia ruchu dla zdrowia i sprawności fizycznej. Podejmuje próby wykonywania poznanych ćwiczeń oraz stosuje podstawowe zasady zachowania podczas zajęć. Uczestniczy we współpracy z grupą i respektuje ustalone reguły .