

**WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA
FIZYCZNEGO
dla ucznia kl. VII z orzeczeniem o nr: PPP 3445.208.2017
Rok szkolny 2017/2018**

Formy aktywności ruchowej

**Wymagania
na ocenę
dostateczną**

**Wymagania
na ocenę dobrą**

**Wymagania
na ocenę bardzo
dobrą**

LEKKOATLETYKA

Uczestniczy w zajęciach.
Prawidłowo trzyma
pałeczkę sztafetową w
biegu.

Potrafi przekazać
pałeczkę sztafetową
współwiczacemu w
truchcie.

Bierze udział w biegu
sztafetowym i
prawidłowo przekazuje
pałeczkę.

Bieg na dystansie 60 m na
czas ze startu niskiego.

Biega 60 m sprintem od startu
do mety.

Samodzielnie
posługuje się stoperem.

Skacze w dal z rozbiegu.

Skacze w dal z rozbiegu z
odbicia jednonóż.

Odbija się prawidłowo od
deski w skoku w dal.

Rzuca piłką palantową
dowolnym sposobem.

Rzuca piłką palantową na
odległość.

Rzuca piłką palantową i
odmierza odległość.

GIMNASTYKA

Uczestniczy w zajęciach.
Wykonuje próby
przewrotu w przód.

Wykonuje dowolny
przewrót w przód.

Wykonuje łączone
przewroty w przód.

Wykonuje w zwisie
tyłem do drabinki
wahania T w lewą i prawą
stronę.

Wykonuje zwis tyłem do
drabinek z podciąganiem
ugiętych NN „krzeselko”

Potrafi zejść z drabinek w
zwisie przodem.

Wykonuje stanie na
rękach wchodząc na
szczeble drabinki z
przysiadu podpartego
tyłem do drabinek.

Wykonuje stanie na
rękach z pomocą
nauczyciela.

Wykonuje stanie na
rękach samodzielnie przy
drabinkach.

Potrafi przejść po listwie

ławeczki.

Przechodzi na
czworakach po listwie
ławeczki.

Wchodzi na listwę
ławeczki i wykonuje
stanie równoważne.

MINI KOSZYKÓWKA

Uczestniczy w zajęciach.
Podaje i chwytą piłkę
oburącz w miejscu.

Podaje piłkę znad głowy
jednorącz i oburącz w
marszu.

Podaje piłkę kozłem
oburącz w biegu.

Kozłuje piłkę w marszu.

Kozłuje piłkę w biegu.

Kozłuje piłkę w slalomie.

Rzuca piłkę do kosza z
miejsca sprawniejszą
ręką.

Wykonuje rzut do kosza
oburącz przed klatki
piersiowej.

Po podaniu piłki przez
partnera w grze rzuca
do kosza z dwutaktu.

MINI SIATKÓWKA

Uczestniczy w zajęciach.
Odbija piłkę oburącz nad
głową w postawie
wysokiej.

Odbija i przyjmuje piłkę
sposobem górnym w
ćwiczeniach ze
współwiczającym.

Przyjmuje i odbija piłkę
sposobem górnym przez
siatkę w czasie gry.

Wykonuje zagrywkę
dowolnym sposobem.

Potrafi wykonać
zagrywkę dolną

Wykonuje zagrywkę
górną.

MINI PIŁKA RĘCZNA

Uczestniczy w zajęciach.
Podaje i chwytą piłkę w
miejscu.

Podaje piłkę jednorącz w
marszu.

Podaje piłkę w rytmie
trzech kroków.

Wykonuje rzut do bramki z
miejsca.

Wykonuje rzut do bramki z
biegu.

Wykonuje rzut do bramki
po podaniu współwiczającej.