

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego dla klasy 7 na rok szkolny 2024/2025

Obszar- wymaga- nie szcze- gółowe	Ocena niedo- sta- teczna	Ocena dopusz- czająca	Ocena dostateczna	Ocena dobra	Ocena bardzo dobra	Ocena celu- jąca
I PÓLROCZE						
WYMAGANIE OGÓLNE WYNIKAJĄCE Z PODSTAWY PROGRAMOWEJ						
I. LEKKOATLETYKA						
1. Bieg na dystansie 800m dz./1000m chł ze startu wysokiego	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	uczeń wykonuje bieg niezgodny ze swoimi możliwościami	uczeń przebiegnie cały dystans zgodnie ze swoimi możliwościami z błędami w starcie wysokim	uczeń potrafi wykonać poprawnie start wysoki z prawidłowym biegiem na dystansie wg własnych możliwości bez względu na wynik	uczeń potrafi wykonać poprawnie start wysoki z wynikiem od 3:11 3:40 min dla dziewcząt i od 3:31	uczeń potrafi wykonać poprawnie start wysoki z wynikiem nie większym niż 3:10 min dla dziewcząt i 3:40 min dla chłopców
2. Bieg na dystansie 60m	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	uczeń wykonuje marszobieg zamiast biegu	uczeń wykonuje bieg niezgodny ze swoimi możliwościami	uczeń przebiegnie cały dystans zgodnie ze swoimi możliwościami, bez względu	uczeń przebiegnie cały dystans uzyskując czas: Dz. 8,4 – 9,5 sek Chł. 8,1 – 9,2 sek	uczeń przebiegnie cały dystans uzyskując czas: Dz. 8,3 sek i poniżej; Chł. 8,0 sek i poniżej

				na uzyskany czas biegu.		
3. Skok w dal z rozbiegu	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	- uczeń wykonuje skok niezgodny ze swoimi możliwościami	uczeń wykona skok w dal zgodnie ze swoimi możliwościami, bez względu na uzyskaną długość skoku.	uczeń wykona skok na odległość: Dz 2,49 - 3,29 Chł. 2,83 - 3,63	uczeń wykona skok na odległość: Dz. 3,30 – 3,69m Chł. 3,64 - 3,99m	uczeń wykona skok na odległość: Dz. 3,70m i powyżej; Chł. 4,00m i powyżej
II. GIMNASTYKA						
1. Stanie na rękach z odbicia jednonóż przy drabince	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	za niestaranne wykonanie ćwiczenia niezgodnie z własnymi możliwościami	za niestaranne wykonanie ćwiczenia	za wykonanie ćwiczenia z pomocą nauczyciela	za wykonanie ćwiczenia z jednym błędem	uczeń potrafi bezbłędnie wykonać ćwiczenie
III. MINI SIATKÓWKA						
1. Odbicia sposobem oburącz górnym i dolnym naprzemiennie	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	Uczeń wykonuje zadanie niezgodnie ze swoimi możliwościami	uczeń nie wykonuje prawidłowego ułożenia ciała do odbić sposobem oburącz dolnym oraz tzw. "kosczyzka" do odbicia sposobem oburącz górnym	uczeń wykona wyrzuty oburącz dolne i górne dowolnym sposobem	uczeń wykona prawidłowe odbicia bez pracy nóg	uczeń wykona odbicia z prawidłową pracą rąk i nóg;(co najmniej 6)
WYMAGANIE OGÓLNE WYNIKAJACE Z PODSTAWY PROGRAMOWEJ						
.....						

II PÓLROCZE

WYMAGANIE OGÓLNE WYNIKAJACE Z PODSTAWY PROGRAMOWEJ

.....

I. MINI KOSZYKÓWKA

1. Rzuty do kosza z dwutaktu	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	Uczeń wykonuje zadanie niezgodnie ze swoimi możliwościami	uczeń prawidłowo wykona dwutakt	potrafi wykonać prawidłowo rzut do kosza z dwutaktu z 20 % celnością rzutową	potrafi wykonać prawidłowo rzut do kosza z dwutaktu z 40 % celnością rzutową	uczeń potrafi wykonać prawidłowo rzut do kosza z dwutaktu z 60 % celnością rzutową
------------------------------	--	---	---------------------------------	--	--	--

II. MINI PIŁKA RĘCZNA

1. Podania piłki w parach zakończone rzutem do bramki z wyskoku	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	Uczeń wykonuje zadanie niezgodnie ze swoimi możliwościami	uczeń nie potrafi wykonać prawidłowego podania, zamach i rzutu z wyskoku	uczeń wykona podania i rzut do bramki po korekcie nauczyciela	uczeń wykona podania i rzut do bramki z małym błędem technicznym	uczeń wykona poprawnie technicznie podania i rzut do bramki
---	--	---	--	---	--	---

III. MINI PIŁKA NOŻNA

1. Prowadzenie piłki w parach zakończone strzałem do bramki	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	Uczeń wykonuje zadanie niezgodnie ze swoimi możliwościami	uczeń podczas wykonywania zadania nie panuje nad piłką	uczeń ma problemy z prawidłowym prowadzeniem, podaniem piłki i strzałem na bramkę	uczeń wykona zadanie z małym błędem technicznym	uczeń wykona zadanie poprawnie technicznie
---	--	---	--	---	---	--

IV. LEKKOATLETYKA

1. Rzut piłeczką palantową z rozbiegu	uczeń nie spełnił wymagań na	uczeń wykonuje ćwiczenie niezgodny ze swoimi możliwościami	uczeń wykonał ćwiczenie zgodnie ze swoimi możliwościami, bez	uczeń wykona rzut piłeczką na odległość: Dz. 21 – 27m Chł. 32 – 38m	uczeń wykona rzut piłeczką na odległość: Dz. 28 – 30m Chł. 39 – 41m	uczeń wykona rzut piłeczką na odległość: Dz. 31m i
---------------------------------------	------------------------------	--	--	---	---	--

	ocenę dopuszczającą		względu na uzyskany wynik.			powyżej; Chł. 42m i powyżej
2. Pchnięcie kulą	uczeń nie spełnił wymagań na ocenę dopuszczającą	uczeń wykonuje ćwiczenie niezgodny ze swoimi możliwościami	uczeń wykonał ćwiczenie zgodnie ze swoimi możliwościami, bez względu na uzyskany wynik.	uczeń potrafi wykonać poprawne pchnięcie wg własnych możliwości	uczeń potrafi wykonać poprawne pchnięcie z wynikiem ponad 5 m dla dziewcząt i ponad 6 m dla chłopców	uczeń potrafi wykonać poprawne pchnięcie z wynikiem ponad 6 m dla dziewcząt i ponad 7 m dla chłopców
WYMAGANIE OGÓLNE WYNIKAJACE Z PODSTAWY PROGRAMOWEJ						
.....						