

WYMAGANIA EDUKACYJNE

WYCHOWANIE FIZYCZNE

KLASA 7

OGÓLNE UMIEJĘTNOŚCI UCZNIĄ PODLEGAJĄCE OCENIE

1. Ćwiczenia kształtujące postawę ciała oraz stymulujące rozwój układów: ruchowego, oddechowego, krążeniowego, nerwowego.
2. Formy ruchu stwarzające możliwości doskonalenia koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz wzmocnienia kondycji fizycznej.
3. Ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne i skoki.
4. Podstawowe elementy techniki i taktyki gier zespołowych, konkurencji lekkoatletycznych, gier rekreacyjnych, tańców.
5. Ćwiczenia i zabawy według inwencji uczniów uwzględniające zasady współdziałania, respektowania przepisów, zasad i ustaleń.
6. Przepisy i zasady organizacji zajęć ruchowych uwzględniające troskę o zdrowie.
7. Ocena rozwoju oraz sprawności funkcjonowania organizmu.
8. Zasady sportowego współzawodnictwa.
9. Propozycje spędzania czasu wolnego z wykorzystaniem gier, zabaw, form turystycznych i sportowych.
10. Organizowanie i uczestniczenie w rekreacji, turystyce, zawodach sportowych z przestrzeganiem obowiązujących zasad (zasada „czystej gry” w sporcie).

FORMY AKTYWNOŚCI UCZNIĄ PODLEGAJĄCE OCENIE

Ocenie podlegają następujące formy aktywności ucznia:

- a) sprawdziany umiejętności z wychowania fizycznego przeprowadzane będą po zakończeniu każdego działu tematycznego,
- b) bieżąca kontrola umiejętności zapowiadana z wyprzedzeniem z poszczególnych rodzajów aktywności,
- c) ćwiczenia, elementy technik, ćwiczenia zwinnościowo-akrobatyczne, ćwiczenia z użyciem przyrządów wykonywane na bieżąco w trakcie zajęć,
- d) aktywny udział w lekcji, zaangażowanie i odpowiednie przygotowanie do lekcji, obowiązkowość i frekwencja,
- e) testy sprawności (np. test Coopera, Chromińskiego, Eurofit itp.),
- f) udział w pozalekcyjnych formach aktywności (zajęcia rekreacyjno-sportowe.),
- g) wiadomości, udział w konkursach o tematyce sportowej,
- h) reprezentacja Gimnazjum w zawodach sportowych na szczeblu dzielnicowym, powiatowym, rejonowym, wojewódzkim.

WYMAGANIA EDUKACYJNE

Ocena semestralna i roczna dla wszystkich poziomów klas:

Uczeń ubiegający się o ocenę celującą, bardzo dobrą i dobrą na semestr lub koniec roku musi mieć zaliczone wszystkie sprawdziany przeprowadzone w danym semestrze.

Przy ustaleniu oceny z wychowania fizycznego należy w szczególności brać pod uwagę wysiłek wkładany przez ucznia w wywiązywanie się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć.

Wymagania edukacyjne z wychowania fizycznego są zamieszczone na stronie internetowej szkoły

GIMNASTYKA:

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach SKS,
- zajmuje premiiowane miejsca na zawodach sportowych. Jest wybitnym uczniem jego osiągnięcia są zbliżone do rekordów szkoły.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe,
- uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:
- przewrót w przód, w tył,
- skoki: rozkroczny, kuczny
- układ równoważny,
- przewrót lotny,
- zna wszystkie ćwiczenia kształtujące,
- potrafi przeprowadzić rozgrzewkę,
- wykonuje ćwiczenia seriami
- potrafi asekurować partnera,
- samoasekurację.
- zna zasady BHP.

Ocena dobra:

- uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników odpowiedniego tempa, harmonii ruchu,
- czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką,
- osiąga słabe wyniki sportowe,
- przejawia małą aktywność na zajęciach.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki, wykonuje większość ćwiczeń z pomocą i asekuracją nauczyciela.
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu gimnastyki,
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.

LEKKA ATLETYKA:**Ocena celująca:**

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- ponadto systematycznie uczestniczy w zajęciach SKS,
- zajmuje premiiowane miejsca na zawodach sportowych,
- jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe,
- zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:
- skipy A i B,
- biegi na dystansach 60-100m, 600m, 1000m oraz test Coopera,
- technikę startu niskiego i wysokiego,
- technikę zmiany pałeczki sztafetowej w strefie zmian na pełnej szybkości
- skok w dal techniką naturalną,
- rzut piłką lekarską,
- skok dosiężny,
- skok w dal z miejsca,
- testy sprawności fizycznej

Ocena dobra:

- uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa, harmonii ruchu.

- czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką,
- osiąga słabe wyniki sportowe,
- przejawia małą aktywność na zajęciach.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki, wykonuje większość ćwiczeń z pomocą nauczyciela.
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu L.A,
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- nie jest pilny wykazuje małe postępy w usprawnieniu.

KOSZYKÓWKA:

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- ponadto systematycznie uczestniczy w zajęciach SKS,
- zajmuje premiovane miejsca na zawodach sportowych,
- jest wybitnym uczniem jego osiągnięcia są zbliżone do rekordów szkoły.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe,
- uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:
 - kozłowanie prawą, lewą ręką ze zmianą kierunku biegu,
 - podania górne i półgórne w powietrzu i po kozle, podania z przed klatki piersiowej,
 - rzuty do kosza z miejsca z wysokości po kozłowaniu z dwu taktu,
 - rzuty osobiste jedną ręką,
- taktyka oraz rodzaje ataku i obrony,
- rozegranie 1x1, 2 x 2,
- grę indywidualną,
- współpracę w zespole,
- technikę gry,
- przepisy i zasady gry,

Ocena dobra:

- uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa, harmonii ruchu,
- czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych,
- zna przepisy i zasady gry.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką,
- osiąga słabe wyniki sportowe,
- przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki, wykonuje większość ćwiczeń z pomocą nauczyciela.
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu piłki koszykowej,
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,

- nie jest pilny wykazuje małe postępy w usprawnieniu.

SIATKÓWKA:

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą,
- ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach SKS,
- zajmuje premiiowane miejsca na zawodach sportowych,
- jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe,
- uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:
- odbicia piłki sposobem górnym i dolnym oburącz,
- odbicia piłki nad sobą sposobem górnym i dolny,
- zagrywka sposobem dolnym i tenisowa
- gra w obronie i w ataku,
- gra indywidualna oraz współpraca w drużynie,
- rozgrywanie na 3 kontakty,
- technika i taktyka obrony oraz ataku,
- przepisy gry.

Ocena dobra:

- uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu,
- czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych,
- zna przepisy i zasady gry.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką,
- osiąga słabe wyniki sportowe
- przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki, wykonuje większość ćwiczeń z pomocą nauczyciela,
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu piłki siatkowej,
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.

PIŁKA RĘCZNA:

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach SKS,
- zajmuje premiiowane miejsca w zawodach sportowych,
- jest wybitnym uczniem jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe,
- uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:
- kozłowanie prawą, lewą ręką ze zmianą kierunku biegu,
- podania i chwyt piłki
- podania piłki w ruchu w trójkach ze zmianą miejsc od piłki i za piłką
- rzuty na bramkę bieżny, z wyskoku, po przeskoku
- grę indywidualną,

- współpracę w zespole,
- zasady fair play,
- przepisy i zasady gry.

Ocena dobra:

- uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu,
- czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych,
- zna przepisy i zasady gry.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką,
- osiąga słabe wyniki sportowe,
- przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w technice i taktyce gry.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki, wykonuje większość ćwiczeń z pomocą nauczyciela,
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu piłki ręcznej,
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- nie jest pilny i wykazuje małe postępy w usprawnieniu.

PIŁKA NOŻNA:

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematycznie uczestniczy w zajęciach SKS,
- zajmuje premiovane miejsca w zawodach sportowych,
- jest wybitnym uczniem, jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe,
- uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:
- prowadzić piłkę prawą, lewą nogą ze zmianą kierunku biegu,
- podania górne i półgórne w powietrzu, toczyć, precyzyjnie podawać,
- zwody z piłką i bez piłki,
- taktykę oraz rodzaje ataku i obrony,
- rozegranie 2x2, 3x3,
- grę indywidualną,
- współpracę w zespole,
- technikę gry,
- zasady fair play,
- przepisy i zasady gry,
- umiejętność rozgrywania.

Ocena dobra:

- uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu.
- czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych,
- zna zespoły piłkarskie,
- zna przepisy gry.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką,
- osiąga słabe wyniki sportowe,

- przejawia małą aktywność na zajęciach, ma luki w koordynacji ruchowej.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki, wykonuje większość ćwiczeń z pomocą nauczyciela,
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu piłki nożnej,
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.

TENIS STOŁOWY:

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematycznie uczestniczy w zajęciach SKS,
- zajmuje premiiowane miejsca w zawodach sportowych,
- jest wybitnym uczniem, jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe,
- uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:
 - podbijanie piłeczki forhendem i bekhendem oraz na zmianę,
 - przyjmuje poprawną pozycję przy stole,
 - puste przebiecie forhendowe i bekhendowe po prostej i po przekątnej(przez 1 min bez błędów)
 - poprawne podanie (serw) bekhendem i forhendem w określone miejsce,
 - zna zasady gry w tenisa stołowego,
 - prezentuje wysokie umiejętności w grze,
 - jego aktywność fizyczna uwidacznia się poza szkołą,

Ocena dobra:

- uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu,
- czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką,
- osiąga słabe wyniki sportowe,
- przejawia małą aktywność na zajęciach,
- posiada ubogi zasób wiedzy dotyczący przepisów tenisa stołowego.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki, wykonuje większość ćwiczeń z pomocą nauczyciela,
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu tenisa stołowego,
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.

UNIHOKEJ:

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematycznie uczestniczy w zajęciach SKS,
- zajmuje premiiowane miejsca w zawodach sportowych,
- jest wybitnym uczniem, jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe,

- uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:
- podania piłki bakhandem i forhandem
- przyjmuje poprawną postawę podczas podania,
- prowadzi piłkę bekhendową i forhendową stroną kija
- zna zasady gry w unihokeja

Ocena dobra:

- uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu,
- czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką,
- osiąga słabe wyniki sportowe,
- przejawia małą aktywność na zajęciach,
- posiada ubogi zasób wiedzy dotyczący przepisów tenisa stołowego.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki, wykonuje większość ćwiczeń z pomocą nauczyciela,
- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu tenisa stołowego,
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.

TANCE

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematycznie uczestniczy w zajęciach SKS,
- reprezentuje szkołę na zewnątrz (konkursy, pokazy, turnieje),
- jest wybitnym uczniem, jego osiągi są zbliżone do rekordów szkoły.

Ocena bardzo dobra:

- uczeń osiąga wysokie wyniki sportowe,
- uczeń zna i potrafi wykonać w odpowiednim tempie i rytmie następujące elementy:
- wybrane tańce, formy ruchu z muzyką na forum klasy,
- układ ćwiczeń rytmicznych do muzyki pojedynczo i w parach
- opracować układ taneczny, ćwiczenia do muzyki,
- posiada wiedzę z zakresu tańca towarzyskiego i ludowego,
- prezentuje układ taneczny na forum klasy,
- wykazuje zaangażowanie.

Ocena dobra:

- uczeń potrafi wykonać wszystkie elementy przewidziane na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników, odpowiedniego tempa harmonii ruchu,
- czynnie uczestniczy w zajęciach sportowych.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne umiejętności, lecz ma duże problemy z ich wykonywaniem w dobrym tempie i z odpowiednią techniką,
- osiąga słabe wyniki sportowe,
- przejawia małą aktywność na zajęciach,
- posiada ubogi zasób wiedzy dotyczący tańca.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki, wykonuje większość ćwiczeń z pomocą nauczyciela,

- ćwiczenia wykonuje niechętnie i z dużymi błędami technicznymi,
- posiada małe wiadomości z zakresu tańca,
- nie potrafi wykonać prostych zadań związanych z samooceną,
- nie jest pilny, wykazuje małe postępy w usprawnieniu.

EDUKACJA ZDROWOTNA

Ocena celująca:

- uczeń spełnia wszystkie wymagania na ocenę bardzo dobrą, ponadto systematyczny uczestniczy w zajęciach,
- jest wybitnym uczniem.

Ocena bardzo dobra:

-1. W zakresie wiedzy. Uczeń:

- 1) wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie, oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ;
- 2) omawia sposoby redukcji nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny;
- 3) omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek i substancji psychoaktywnych w odniesieniu do podejmowania aktywności fizycznej;
- 4) wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni;
- 5) wyjaśnia wymagania higieny wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania.

2. W zakresie umiejętności. Uczeń:

- 1) opracowuje rozkład dnia, uwzględniając proporcje między pracą a wypoczynkiem, wysiłkiem umysłowym a fizycznym, rozumiejąc rolę wypoczynku w efektywnym wykonywaniu pracy zawodowej;
- 2) dobiera rodzaj ćwiczeń relaksacyjnych do własnych potrzeb;

Ocena dobra:

- uczeń posiada zakres wiadomości przewidziany na ocenę bardzo dobrą, jednakże ma problemy z uzyskaniem wysokich wyników.

Ocena dostateczna:

- uczeń opanował poszczególne wiadomości, lecz ma duże problemy z ich powtórzeniem,
- przejawia małą aktywność na zajęciach,
- posiada ubogi zasób wiedzy dotyczący edukacji zdrowotnej.

Ocena dopuszczająca:

- uczeń nie opanował materiału w stopniu dostatecznym i ma poważne luki,
- posiada mały zasób wiadomości z zakresu edukacji zdrowotnej,
- nie potrafi powtórzyć prostych pojęć związanych z tematyką,
- nie jest pilny, wykazuje małe postępy w nauce.

* * * * *

W zakresie wiadomości uczeń zna:

1. Zasadę bezpiecznego ćwiczenia na przyrządach.
2. Zasady bezpiecznego zachowania się na lekcjach.
3. Zna zasady asekuracji i samoasekuracji.
4. Prawidłowe pozycje wyjściowe podczas wykonywania ćwiczeń.
5. Zasadę stosowania odpoczynku po wysiłku fizycznym.
6. Znaczenia stosowanych ćwiczeń oddechowych.
7. Zasady i metody hartowania organizmu.
8. Prawidłową terminologię poznanych ćwiczeń fizycznych, zadań ruchowych oraz pozycji wyjściowych.

9. Podstawowe zasady i przepisy poznanych zabaw i gier.
10. Zasadę posługiwania się przyrządami pomiarowymi.
11. Wie, jak należy przygotować się do ćwiczeń w celu hartowania organizmu (zna zasadę zmiany stroju do ćwiczeń i po ćwiczeniach).
12. Wie, jak zmierzyć tętno w spoczynku i po wysiłku.
13. Wie, jak dbać o czystość i higienę osobistą.
14. Wie, jak ruch może wpłynąć na prawidłową postawę ciała.
15. Uczeń dobiera strój i obuwie sportowe do ćwiczeń w zależności od miejsca zajęć oraz warunków atmosferycznych.

W zakresie zadań wychowawczych uczeń:

1. Umie kulturalnie zachować się podczas różnych form aktywności ruchowej.
2. Potrafi i chce pomóc słabszym uczniom podczas wykonywanego ćwiczenia czy zadania.
3. Omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.
4. Wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej.
5. Potrafi szanować przybory i przyrządy do ćwiczeń.
6. Samodzielnie organizuje w gronie rówieśników zabawę lub grę ruchową.
7. Stosuje zasadę „fair play”.
8. Stosuje zasady zdrowej rywalizacji – uczeń wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej.
9. Wdraża się do kształtowania prozdrowotnego stylu życia.
10. Dbą o swój strój i obuwie.
11. Współpraca w zespole – uczeń uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika.