

**WYMAGANIA EDUKACYJNE DLA KLAS I-III
z WYCHOWANI FIZYCZNEGO 2021/2022**
*Publiczna Katolicka Szkoła Podstawowa
im. św. Joanny Beretty Molli w Krakowie*

Klasa I

1. Higiena osobista i zdrowie. Uczeń:
 - dba o higienę całego ciała
 - wie, jak dobrać strój sportowy do wybranej formy aktywności fizycznej
 - ćwiczy zawsze w stroju sportowym
 - starannie wykonuje wszystkie ćwiczenia
 - systematycznie ćwiczy na zajęciach wychowania fizycznego oraz w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym

2. Sprawność motoryczna. Uczeń:
 - Przyjmuje pozycje wyjściowe do ćwiczeń
 - Pokonuje trasę marszobiegu w środowisku naturalnym

3. Formy rekreacyjno-sportowe. Uczeń:
 - Aktywnie uczestniczy w zabawach i grach ruchowych
 - Jeździ na np. rowerze, rolkach, hulajnodze, sankach i łyżwach

Klasa II

1. Higiena osobista i zdrowie. Uczeń:
 - dba o higienę całego ciała
 - wie, jak dobrać strój sportowy do wybranej formy aktywności fizycznej
 - ćwiczy zawsze w stroju sportowym
 - starannie wykonuje wszystkie ćwiczenia
 - systematycznie ćwiczy na zajęciach wychowania fizycznego oraz w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym

2. Sprawność motoryczna. Uczeń:
 - Przyjmuje pozycje wyjściowe do ćwiczeń
 - Pokonuje trasę marszobiegu w środowisku naturalnym
 - Wykonuje rzuty jednorącz i oburącz do celu i na odległość z wykorzystaniem różnorodnych przedmiotów
 - Wykonuje skoki zawrotne przez ławeczkę

3. Formy rekreacyjno-sportowe. Uczeń:
- Aktywnie uczestniczy w zabawach i grach ruchowych
 - Jeździ na np. rowerze, rolkach, hulajnodze, sankach i łyżwach
 - Kozłuje piłkę jednorącz w miejscu i w ruchu
 - Chwyta i podaje piłkę oburącz

Klasa III

1. Higiena osobista i zdrowie. Uczeń:
- dba o higienę całego ciała
 - wie, jak dobrać strój sportowy do wybranej formy aktywności fizycznej
 - ćwiczy zawsze w stroju sportowym
 - starannie wykonuje wszystkie ćwiczenia
 - systematycznie ćwiczy na zajęciach wychowania fizycznego oraz w czasie pozalekcyjnym i pozaszkolnym
2. Sprawność motoryczna. Uczeń:
- Przyjmuje pozycje wyjściowe do ćwiczeń
 - Pokonuje trasę marszobiegu w środowisku naturalnym
 - Wykonuje rzuty jednorącz i oburącz do celu i na odległość z wykorzystaniem różnorodnych przedmiotów
 - Wykonuje skoki zawrotne przez ławeczkę
 -
3. Formy rekreacyjno-sportowe. Uczeń:
- Aktywnie uczestniczy w zabawach i grach ruchowych
 - Jeździ na np. rowerze, rolkach, hulajnodze, sankach i łyżwach
 - Kozłuje piłkę jednorącz w miejscu i w ruchu
 - Chwyta i podaje piłkę oburącz