

Wymagania Edukacyjne ucznia

klasy III

Nowy Elementarz Odkrywców

Uwaga

- na częściowe oceny wspomagające składają się następujące elementy pracy ucznia:
- aktywność na zajęciach,
- zaangażowanie i wkład w wykonywanie ćwiczenia,
- samodzielność i kreatywność,
- zainteresowanie przedmiotem,
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych.

Poziom Wysokich	Poziom Średni	Poziom Niski
Osiągnięcia w zakresie utrzymania higieny osobistej i zdrowia		
-Zawsze utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. -Zawsze dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych -Poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia.	-Zazwyczaj utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. -Zazwyczaj dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. -Zazwyczaj poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia.	-Nie zawsze utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. -Nie zawsze dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. -Czasem wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia.

-Ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. -Zawsze uznaje że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej	-Ma coraz większą świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. -Zazwyczaj uznaje że każdy człowiek ma inny możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	-Wymaga jeszcze przypomnienia, by wyrobić świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości wykonywaniu ćwiczeń. -Wymaga przypomnienia że każdy człowiek ma inne możliwości zakresie sprawności fizycznej.
-Zawsze poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, za krok, stanie na jednej nodze, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad Kłęczny, skrzyżowany, skulony, w prosty	-Zazwyczaj poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, za krok, stanie na jednej nodze, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad Kłęczny, skrzyżowany, skulony, w prosty	-Nie zawsze przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, za krok, stanie na jednej nodze, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad Kłęczny, skrzyżowany, skulony, w prosty
-Zawsze sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoką unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobieg. Sprawnie wykonuje przeskok zawrotny przez ławeczkę, na skoki i ze skoki i zeskoki, skoki zajęcze. Sprawnie wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: skłony skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie. poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu wspinanie się, mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, podnoszenie i przenoszenie przyborów. -Sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne.	-Zazwyczaj sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoką unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobieg. -Zazwyczaj sprawnie wykonuje przeskok zawrotny przez ławeczkę, na skoki i ze skoki, skoki zajęcze. Zazwyczaj sprawnie wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: , skłony skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu wspinanie się, mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, podnoszenie i przenoszenie przyborów -Zazwyczaj sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne. -Zazwyczaj sprawnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy	-Stara się poprawnie pokonywać w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobieg. -Stara się samodzielnie wykonywać przeskok zawrotny przez ławeczkę, na skoki i ze skoki, skoki zajęcze. -Stara się poprawnie wykonywać ćwiczenia zwinnościowe: skłony skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu wspinanie się, mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, podnoszenie i przenoszenie przyborów. -Stara się poprawnie wykonywać ćwiczenia równoważne. -Stara się wykonywać ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.

Poprawnie i samodzielnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.		
-Chętnie organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową. -Zawsze zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuję zwycięstwo. -Zawsze respektuje przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, przepisy ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegaczem i innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa. -Chętnie uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. -Chętnie i prawidłowo wykonuje elementy charakterystyczne dla gier zespołowych. -Wykazuje się dużą aktywnością w zakresie organizowania gier i zabaw zespołowych.	-Poprawnie organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową. -Najczęściej zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuję zwycięstwo. -Najczęściej respektuje przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, przepisy ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, biegacze i innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa. -Uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. -Wykonuje prawidłowo elementy charakterystyczne dla gier zespołowych. -Wykazuje się aktywnością w zakresie organizowania gier i zabaw zespołowych.	-Nie zawsze organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową. -Stara się zachować powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuję zwycięstwo. -Stara się respektować przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, przepisy ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegacze i innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa. -Stara się uczestniczyć w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. -Stara się wykonywać prawidłowo elementy charakterystyczne dla gier zespołowych. -Czasem wykazuje się aktywnością w zakresie organizowania gier i zabaw zespołowych.