

**SZCZEGÓŁOWE WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE OCENY
Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA KLASY IV
SZKOŁY PODSTAWOWEJ
W ROKU SZKOLNYM 2024/2025**

Przy ustalaniu oceny, osiągnięć edukacyjnych w zakresie wychowania fizycznego głównym wyznacznikiem będzie wysiłek wkładany przez ucznia, wyrażywany się z obowiązków wynikających ze specyfiki tych zajęć oraz czynny i aktywny w nich udział.

DYSCIPLINA	DOPUSZCZAJĄCA	DOSTATECZNA	DOBRA	BARDO DOBRA	CELUJĄCA
GIMNASTYKA PRZEWROT W PRZÓD	- zna technikę wykonania przewrotu, - potrafi prawidłowo ułożyć RR i NN, - umie przetoczyć się przez materac.	potrafi prawidłowo ułożyć RR i NN oraz podejmuje próbę wykonania ćwiczenia, dotykając głową materaca, wykonując przewrót przez bark	- wykonuje pełną formę przewrotu w przód z przysiadu podpartego z asekuracją, nauczyciela, - podejmuje próbę samodzielnego wykonania przewrotu w przód z przysiadu podpartego, - podczas ćwiczenia ugina NN, kończy ćwiczenie pomagając sobie RR.	- wykonuje poprawnie technicznie przewrót w przód z przysiadu podpartego, - zwraca uwagę na właściwe rozpozucie, zakończenie ćwiczenia oraz estetykę ruchu, - wymienia wszystkie elementy mające wpływ na poprawność wykonania ćwiczenia,	- wykonuje poprawnie technicznie przewrót w przód z różnych pozycji wyjściowych.

				- dba o bezpieczeństwo swoje i innych.	
<u>PIŁKA NOŻNA</u> PRZYJĘCIE, PODANIE, PROWADZENIE PIŁKI	-zna technikę wykonania podania i przyjęcia piłki, - podejmuje próbę wykonania zadania	- wykonuje przyjęcie i podanie piłki w miejscu dogodniejszym dla siebie nogą, - ma problemy z koordynacją wzrokowo – ruchową, - niecelnie podaje piłkę do partnera oraz ma problem z opanowaniem piłki przyjmowanej(odskoczenie piłki od nogi),	-wykonuje przyjęcie i podanie piłki w marszu - podczas wykonania ćwiczenia ma problem z dokładnością podania, - koryguje błędy według wskazówek nauczyciela.	- wymienia wszystkie elementy mające wpływ na dokładność przyjęcia i podania piłki - wykonuje prawidłowo technicznie przyjęcia i podania - stosować poznane elementy w grze - przestrzegać zasad fair play	- w czasie gry wykazuje wysoki poziom umiejętności technicznych -wyróżnia się na tle klasy stosując wysoki poziom gry,
<u>LEKKOATLETYKA</u> BIEG NA 40M Z STARTU WYSOKIEGO	- potrafi zaznaczyć linię startu i linię mety, -potrafi wystartować na komendę,	-zna podstawowe pozycje startowe, -wykonuje ćwiczenia kształtujące przy udziale współuczniących -wykazuje się umiejętnością biegu na odcinku startowym,	- samodzielnie wydaje komendę startową, - szybko zareaguje na sygnał startowy -przygotowuje organizm do wysiłku przez odpowiedni dobór ćwiczeń ,	- samodzielnie przygotowuje organizm do wysiłku stosując odpowiednie ćwiczenia, - eliminuje własne błędy, -odpowiednio stopniuje szybkość na odcinku biegowym,	- posiada prawidłową koordynację rąk i nóg, - osiąga wysoki wynik (jeden z trzech najlepszych wyników w klasie) - ocenia się na podstawie testu,

				- bada i ocenia szybkość biegową na podstawie testu,	
	- potrafi przyjąć prawidłową postawę siatkarską,	-odbija sposobem górnym piłkę od współczwiczącego, - ma problemy z prawidłowym ułożeniem RR, NN, - ma trudności z koordynacją wzrokowo - ruchową	- wymienienia przynajmniej dwa elementy mające wpływ na dokładność odbić piłki, - śledzić lot piłki tak aby prawidłowo ustawić się do przyjęcia i odbicia piłki, - odbija piłkę do współczwiczącego zbyt nisko, nieprawidłowo pracuje na NN	- wymienienia wszystkie elementy mające wpływ na dokładność odbić piłki, - odbija poprawnie piłkę sposobem górnym do partnera, - prawidłowa koordynacja wzrokowo – ruchowa, - dokonuje samoooceny odbić i pomaga w ocenie współczwiczącym,	- w czasie gry wykazuje wysoki poziom umiejętności technicznych -wyróżnia się na tle klasy stosując wysoki poziom gry,
<u>MINI PIŁKA SIATKOWA</u> <u>ODBICIA PIŁKI SPOSOBEM GÓRNYM</u>					
<u>MINI-KOSZYKÓWKA</u> <u>PODANIA I CHWYTY PIŁKI</u>	- zna rodzaje rzutów, wykonać chwyt i podani w piłki w miejscu, - ma problemy z koordynacją RR i NN, -uczestniczyć	- potrafi przyjąć prawidłową pozycję do wykonania podania i chwytu, - podać piłkę do współczwiczącego jednakże praca RR	-potrafi wykonać z prawidłową pracą RR i NN chwyt i podania piłki w miejscu, - nie kończy podania piłki pracą nadgarstka,	- potrafi wykonać z prawidłową pracą RR i NN chwyt i podania piłki w miejscu - skoordynować pracę RR i NN,	- w czasie gry wykazuje wysoki poziom umiejętności technicznych -wyróżnia się na tle klasy stosując

	w ćwiczeniach przygotowujących do rzutów.	i NN jest nieprawidłowa, - wykonać niepewny chwyt piłki. - przyjąć prawidłową postawę i wykonać łatwiejszy dla siebie rodzaj podania.	- umie „patrzeć na piłkę” - potrafi korygować błędy, - próbuje ocenić swoje możliwości.	- wykorzystać swoje predyspozycje, - respektować przepisy gry, - przestrzegać zasad fair play rzutu i pomaga w ocenie współćwiczącym,	wysoki poziom gry,
<u>MINI-PIŁKA RĘCZNA</u> RZUT NA BRAMKĘ Z MIEJSCA	- podejmuje próbę wykonania ćwiczenia,	- oddaje rzut na bramkę, podczas próby źle układa rękę do rzutu, lub rzuca dwoma rękami	- wykonuje rzut, nie stosuje podstawowych przepisów odnośnie rzutu na bramkę (przekroczenie linii)	- wykonuje poprawnie technicznie rzut jednoręcz z miejsca, stosuje przepisy dotyczące rzutu	- w czasie gry wykazuje wysoki poziom umiejętności technicznych - wyróżnia się na tle klasy stosując wysoki poziom gry
<u>LEKKOATLETYKA</u> RZUT PIŁKĄ PALANTOWĄ	-wykonuje ćwiczenia siłowe wg wskazówek nauczyciela -przyjmuje postawę ciała do rzutu , -odróżnia pojęcia: pchanie , rzut,	- zna pojęcie siły oraz celowość stosowania ćwiczeń siłowych, - przygotowuje organizm do wysiłku wraz ze współćwiczącymi,	- rozwija swoją siłę poprzez odpowiedni dobór ćwiczeń siłowych, -przyjmuje prawidłową postawę do rzutu, co zagwarantuje uzyskanie	wykazuje się inwencją twórczą w doborze ćwiczeń siłowych, i samodzielnie prowadzi ćwiczenia, -przyjmuje prawidłową postawę do	- osiąga jeden z trzech najwyższych wyników w klasie

	-zachowuje zasady bezpieczeństwa	- wykonuje rzuty na miarę swoich możliwości,	odpowiedniej odległości, -dokonuje pomiaru rzutu,	rzutów, eliminuje błędy, - dokonuje pomiaru, porównuje swój wynik,	
<u>LEKKOATLETYKA</u> BIEG DŁUGI ZE STARTU WYSOKIEGO (TEST COOPERA – FORMA UPROSZCZONA 6 MIN.) - MARSZOBIEG		- bierze udział w próbie (nie zalicza truchtem lub marszem więcej niż 3 minuty),	- pokonuje próbę marszem lub truchtem bez zatrzymania ale nie w całości,	- pokonuje całą próbę marszem, bądź truchtem bez zatrzymania,	- pokonuje całą próbę truchtem,
<u>POMIAR TĘTNA W SPOCZYNKU I PO WYSIŁKU</u>	- podchodzi do próby	- wie, w jaki sposób ułożyć palce i gdzie najlepiej szukać tętna do pomiaru,	- umie odszukać tętno, wie przez jaki czas należy dokonać pomiaru, wykonuje go,	- wie, czym różni się tętno spoczynkowe od po wysiłku, potrafi wskazać prawidłowe parametry,	
<u>TEST SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ</u>			- bierze udział w teście,	- zalicza wszystkie próby testu,	- osiąga jeden z trzech najwyższych wyników w klasie