Wymagania edukacyjne

Uni-Terra
SZKOŁA PODSTAWOWA

Wychowanie Fizyczne klasa IV nowa podstawa programowa

	Niedostateczny	Dopuszczający	Dostateczny	Dobry	Bardzo dobry	Celujący
Aktywność	Uczeń jest bierny, niechętny do współpracy, nie wykazuje chęci, nie podejmuje aktywności ruchowej.	Uczeń niechętnie, wykonuje wszelkie aktywności. Nie wykazuje inicjatywy. Wymaga nieustannej motywacji.	Uczeń jest umiarkowanie aktywny podczas lekcji.	Uczeń jest otwarty na nowe aktywności ruchowe, jest aktywny, wykazuje inicjatywę podczas zajęć.	Uczeń bardzo chętnie podejmuje nowe aktywności ruchowe, ma bardzo dobry stosunek do lekcji, jest bardzo aktywny.	Uczeń wykazuje się inicjatywą bierze udział w szkolnych wydarzeniach sportowych, ma bardzo wysoką frekwencję na zajęciach.

I Ćwiczenia ogólnorozwojowe	Niedostateczny	Dopuszczający	Dostateczny	Dobry	Bardzo dobry	Celujący
	Uczeń nie podejmuje ćwiczeń, nie posiada minimalnej wiedzy	Uczeń zna podstawowe ćwiczenia ogólnorozwojo	Uczeń zna podstawowe ćwiczenia i przeprowadza	Uczeń zna podstawowe ćwiczenia ogólnorozwojowe i	Uczeń zna spory zakres ćwiczeń ogólnorozwojowych i prowadzi	Uczeń wykazuje się wiedzą i umiejętnościami wykraczającą

	w tym zakresie.	we, ale nie podejmuje próby ich wykonania.	rozgrzewkę ogólnorozwojową w swojej klasie.	przeprowadza rozgrzewkę w swojej klasie. Zna pozycje wyjściowe do ćwiczeń gimnastycznych, wskazuje ćwiczenia wzmacniające poszczególne grupy mięśni.	rozgrzewkę w swojej klasie.	poza program.
II Gry zespołowe i rekreacyjne	Niedostateczny	Dopuszczający	Dostateczny	Dobry	Bardzo dobry	Celujący
Piłka nożna	Uczeń nie podejmuje ćwiczeń, nie posiada minimalnej wiedzy w tym zakresie.	Uczeń posiada minimalną wiedzę dotyczącą danej dyscypliny sportowej.	Uczeń prowadzi piłkę nogą w różnych kierunkach, potrafi wykonać podanie do partnera z bliskiej odległości.	Uczeń prowadzi piłkę nogą w różnych kierunkach, potrafi wykonać podanie do partnera z bliskiej odległości, zna podstawowe lub uproszczone zasady gry. Wykazuje się zaangażowaniem.	Uczeń prowadzi piłkę nogą w różnych kierunkach, potrafi wykonać podanie do partnera, zna podstawowe zasady gry, wykazuje się dużym zaangażowaniem.	Uczeń sprawnie prowadzi piłkę nogą w różnych kierunkach, potrafi wykonać podanie do partnera z większej odległości, zna zasady gry umożliwiające grę na zasadach właściwych.
Siatkówka	Uczeń nie podejmuje ćwiczeń, nie posiada minimalnej wiedzy w tym zakresie.	Uczeń posiada minimalną wiedzę dotyczącą danej dyscypliny	Uczeń w asyście nauczyciela poprawnie układa dłonie i ręce do odbicia sposobem	Uczeń samodzielnie, prawidłowo układa dłonie i ręce do odbicia, odbija na druga stronę siatki.	Uczeń wykonuje zagrywkę, odbija piłkę z dużą powtarzalnością różnymi sposobami,	Uczeń wykazuje się umiejętnościami wykraczającymi poza program.

		sportowej.	dolnym lub górnym i odbija piłkę w stronę siatki lub przez siatkę.	Wykonuje zagrywkę dowolnym sposobem. Zna podstawowe lub uproszczone zasady gry. Wykazuje się zaangażowaniem.	zna podstawowe zasady gry.	
Koszykówka	Uczeń nie podejmuje ćwiczeń, nie posiada minimalnej wiedzy w tym zakresie.	Uczeń posiada minimalną wiedzę dotyczącą danej dyscypliny sportowej.	Uczeń potrafi kozłować ręką dominującą, rzuca piłkę do kosza w dowolny sposób.	Uczeń kozłuje piłkę w marszu lub truchcie, rzuca piłką do kosza, zna podstawowe lub uproszczone zasady gry. Wykazuje się zaangażowaniem.	Uczeń kozłuje piłkę w biegu, poprawnie technicznie rzuca piłkę do kosza, zna zasady gry umożliwiające grę właściwą.	Uczeń wykazuje się umiejętnościami wykraczającymi poza program.
Tenis Stołowy	Uczeń nie podejmuje ćwiczeń, nie posiada minimalnej wiedzy w tym zakresie.	Uczeń posiada minimalną wiedzę dotyczącą danej dyscypliny sportowej.	Uczeń uderza piłkę zagraną przez partnera.	Uczeń z umiarkowaną dokładnością odbija piłkę na drugą stronę siatki, wykonuje zagrywkę, zna podstawowe zasady gry. Wykazuje się zaangażowaniem.	Uczeń z dużą powtarzalnością wykonuje zagrywkę, odbija piłkę z partnerem, zna zasady umożliwiające grę właściwą.	Uczeń wykazuje się umiejętnościami wykraczającymi poza program.
Frisbee	Uczeń nie podejmuje ćwiczeń, nie posiada minimalnej wiedzy w tym zakresie.	Uczeń posiada minimalną wiedzę dotyczącą danej dyscypliny sportowej.	Uczeń chwyta i rzuca frisbee w dowolny sposób.	Uczeń wykonuje dokładne podanie frisbee na małej odległości. Zna podstawowe zasady gry. Wykazuje się zaangażowaniem.	Uczeń dokładnie podaje, łapie frisbee będąc w ruchu, podaje do partnera będącego w ruchu, zna zasady umożliwiające grę właściwą.	Uczeń wykazuje się umiejętnościami wykraczającymi poza program.

III Lekkoatletyka	Niedostateczny	Dopuszczający	Dostateczny	Dobry	Bardzo dobry	Celujący
	Uczeń nie podejmuje ćwiczeń, nie posiada wiedzy w tym zakresie.	Uczeń wymienia i opisuje wybrane dyscypliny lekkoatletyczne.	Uczeń z umiarkowanym zaangażowaniem lub niechętnie wykonuje ćwiczenia.	Uczeń wykonuje ćwiczenia sprinterskie oraz bieg krótki ze startu niskiego. Zna i prezentuje wybrane dyscypliny lekkoatletyczne. Wykazuje się zaangażowaniem.	Uczeń poprawnie opanował wzorce ruchowe występujące w wybranych dyscyplinach lekkoatletycznych, ćwiczy z dużym zaangażowaniem i wykonuje postępy w tym zakresie.	Uczeń wykazuje się wiedzą i umiejętnościami wykraczającą poza program.
IV Taniec	Niedostateczny	Dopuszczający	Dostateczny	Dobry	Bardzo dobry	Celujący
	Uczeń nie podejmuje ćwiczeń, nie posiada minimalnej wiedzy w tym zakresie.	Pobieżnie naśladuje proste ruchy taneczne nauczyciela.	Wykonuje ćwiczenia do rytmu.	Uczy się i zapamiętuje fragmenty prostego układu tanecznego. Wykazuje się zaangażowaniem.	Uczy się, wykonuje i zapamiętuje układ taneczny. Wykazuje się dużym zaangażowaniem.	Uczeń wykazuje się wiedzą wykraczającą poza program.
V Relaksacja i odprężenie	Niedostateczny	Dopuszczający	Dostateczny	Dobry	Bardzo dobry	Celujący
	Uczeń nie podejmuje ćwiczeń, nie posiada minimalnej wiedzy w tym zakresie.	Uczeń zna i wykonuje podstawowe ćwiczenia oddechowe.	Uczeń wykonuje ćwiczenia rozciągające i wyciszające.	Uczeń rozumie potrzebę relaksacji pobieżnie opisuje techniki relaksacyjne, potrafi samodzielnie rozciągnąć podstawowe grupy mięśni po treningu.	Uczeń zna i opisuje techniki relaksacyjne, samodzielnie przeprowadza rozciąganie danej grupy mięśni po ćwiczeniach.	Uczeń wykazuje się wiedzą i umiejętnościami wykraczającą poza program.

VI Monitorowanie aktywności i sprawności fizycznej	Niedostateczny	Dopuszczający	Dostateczny	Dobry	Bardzo dobry	Celujący
	Uczeń nie podejmuje działań, nie posiada minimalnej wiedzy w tym zakresie.	Uczeń zna i opisuje przykładowe testy sprawności fizycznej.	Uczeń zna, opisuje i wykonuje przykładowe testy sprawności fizycznej.	Zna sposoby monitorowania swojej aktywności fizycznej z użyciem aplikacji.	Zna sposoby monitorowania swojej aktywności fizycznej z użyciem aplikacji, monitoruje swoją dzienną aktywność.	Uczeń wykazuje się wiedzą i umiejętnościami wykraczającą poza program.
VII Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej	Niedostateczny	Dopuszczający	Dostateczny	Dobry	Bardzo dobry	Celujący
	Nie zna podstawowych zasad bezpieczeństwa zapobiegających urazom podczas zajęć ruchowych.	Zna podstawowe zasady bezpieczeństwa w aktywności ruchowej, ale nie stosuje ich.	Zna i stosuje podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych.	Zna i stosuje podstawowe zasady bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych, planuje aktywność fizyczną w górach i nad wodą, zna podstawowe zasady doboru ubioru.	Zna i stosuje podstawowe ćwiczenia zapobiegające urazom, jest przykładem dla innych uczestników zajęć.	Uczeń wykazuje się wiedzą i umiejętnościami wykraczającą poza program.

VIII Kompetencje społeczne, zachowanie fair play	Niedostateczny	Dopuszczający	Dostateczny	Dobry	Bardzo dobry	Celujący
	Zachowuje się niekulturalnie, nie stosuje zasad fair play, przenosi swoje negatywne emocje i frustracje na innych uczestników, wpływa destrukcyjnie na grupę.	Rozumie, ale nie zawsze stosuje zasady fair play, nie zawsze okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego.	Rozumie i stosuje zasady fair play, okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego, komunikuje się efektywnie, wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania. Rozumie i nazywa emocje.	Rozumie i stosuje zasady fair play, okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego, komunikuje się efektywnie, wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania. Rozumie i nazywa emocje.	Rozumie i stosuje zasady fair play, okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego, komunikuje się efektywnie, wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania. Rozumie i nazywa emocje, nie przelewa frustracji i złych emocji na innych uczestników zajęć. Buduje poczucie własnej wartości.	Rozumie i stosuje zasady fair play, okazuje szacunek wobec przeciwnika, sędziego, komunikuje się efektywnie, wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania, wykazuje kreatywność w poszukiwaniu sytuacji problemowych. Rozumie i nazywa emocje, nie przelewa frustracji i złych emocji na innych uczestników zajęć.