

Standardy wymagań dla klasy III

Cykl 1. Jaki jestem? Jak się rozwijam?

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Rozumie potrzebę dbania o sprawność fizyczną. Przestrzega ustalonych zasad i reguł postępowania w celu zapewnienia bezpieczeństwa sobie i współwiczającym. Współpracuje w zespole podczas sztafetowego biegu przełajowego. Osiąga wyniki jedynie na drodze systematycznej pracy. Nie używa i jest przeciwnikiem stosowania wszelkich środków dopingujących. Zachowuje się asertywnie. Rozumie jakie szkody dla zdrowia własnego i otoczenia ma palenie papierosów i nadużywanie alkoholu.</p>	<p>Potrafi bezpiecznie uczestniczyć w ćwiczeniach kształtujących sprawność fizyczną w terenie i wykorzystać warunki naturalne terenu do kształtowania sprawności fizycznej. Potrafi wykonać ćwiczenia na ścieżce zdrowia. Potrafi wykonać ćwiczenia na poszczególnych stacjach i obwodzie do ćwiczeń. Umie wykonać program treningowy według instrukcji. Zna sposób wykonywania i oceny wyników poszczególnych prób indeksu sprawności fizycznej</p>	<p>Przestrzega zasad bezpiecznego udziału w zajęciach wychowania fizycznego. Zna zasady prawidłowego przygotowania organizmu do wysiłku. Wie, jak rozłożyć siły w czasie dłuższego wysiłku. Wie, jak ćwiczenia w terenie wpływają na organizm człowieka. Wie, jak kontrolować swój rozwój fizyczny. Zna zasady udzielania pierwszej pomocy. Wie, jakie są sprawności człowieka</p>	<p>Dokonuje samokontroli sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego. Zna siebie, swoje uzdolnienia i możliwości. Wykorzystuje własny potencjał dla dobra swojego i innych. Przyjmuje odpowiedzialność za zdrowie własne i innych. Kontroluje swój rozwój.</p>	<p>Potrafi opracować dla siebie i swoich rówieśników zestaw ćwiczeń na ścieżce zdrowia. Potrafi współpracować w zespole. Umie kontrolować własną sprawność i rozwój fizyczny. Potrafi przyjąć odpowiedzialność za siebie i innych.</p>	<p>Przestrzega ustalonych zasad bezpieczeństwa, dostrzega groźące niebezpieczeństwo i właściwie na nie reaguje. Zna sposoby organizacji i bezpiecznego uczestnictwa w biegu na orientację, sztafetowego biegu przełajowego i patrolowego. Potrafi opracować program treningowy kształtujący określoną sprawność motoryczną. Potrafi przygotować miejsce i sprzęt do przeprowadzenia prób indeksu sprawności fizycznej. Potrafi przeprowadzić próby indeksu i ocenić wyniki rodziny i przyjaciół.</p>

Cykl 2. Wszechstronność-biegi, skoki, rzuty-lekkoatletyka

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Dostrzega negatywne zjawiska w sporcie: nieuczciwość sędziów i zawodników, afery dopingowe.</p> <p>Przestrzega zasad czystej, uczciwej i sprawiedliwej walki w sporcie i życiu codziennym.</p> <p>Dokonuje samooceny osiągniętych wyników i porównuje je z wynikami lat poprzednich, określa postęp i rozwój.</p> <p>Jest konsekwentny i uparty w dążeniu do wytyczonego celu. Jest zaangażowany i z pełnym poświęceniem pracuje w czasie treningu sportowego.</p>	<p>Potrafi wykonać poprawnie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • start niski z pałeczką sztafetową • przekazywanie pałeczki w marszu sposobem od góry i od dołu • przekazywanie pałeczki w strefie zmian <p>Potrafi uczestniczyć we współzawodnictwie lekkoatletycznym z zachowaniem zasady fair play.</p> <p>Potrafi przygotować organizm do wysiłku, pokonać własną słabość i zmęczenie.</p>	<p>Wie, jaki jest związek ideałów starożytnych igrzysk olimpijskich z rywalizacją sportową dnia dzisiejszego.</p> <p>Dostrzega nieprawidłowości i negatywne zjawiska w sporcie współczesnym.</p> <p>Zna szkodliwość dopingu.</p> <p>Wie, jak można doskonalić umiejętności lekkoatletyczne.</p> <p>Wie, jak zorganizować międzyklasowe współzawodnictwo w konkurencjach lekkoatletycznych.</p> <p>Wie, jakie są konkurencje lekkoatletyczne.</p> <p>Zna dokonania polskich lekkoatletów.</p>	<p>Dostrzega i przeciwstawia się negatywnym zjawiskom w sporcie: nieuczciwość sędziów i zawodników, afery dopingowe.</p> <p>Podjmuje świadomie wysiłek fizyczny w celu poprawienia swojej sprawności i osiągnięcia zakładanych wyników sportowych</p>	<p>Potrafi wykonać prawidłowo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • wybieg startowy do odebrania pałeczki sztafetowej w biegu różnymi sposobami <p>Potrafi świadomie podjąć wysiłek fizyczny w celu poprawy swojej sprawności i osiągnięcia zakładanych wyników sportowych.</p> <p>Przestrzega zasad uczciwej, sportowej rywalizacji na stadionie i w życiu codziennym.</p>	<p>Zna historię, symbole i idee igrzysk olimpijskich.</p> <p>Dostrzega nieprawidłowości i negatywne zjawiska w sporcie współczesnym, potrafi się im przeciwstawić.</p> <p>Wie, jak przygotować plan treningu lekkoatletycznego.</p> <p>Wie, jak zorganizować szkolne i międzyszkolne zawody lekkoatletyczne.</p> <p>Zna największe sławy światowej lekkoatletyki i ich dokonania.</p>

Cykl 3.Sportowa walka-elementy techniki i taktyki w piłce ręcznej

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Traktuje kapitana drużyny i trenera jako wzór do naśladowania. Traktuje sędziowanie jako trening umiejętności podejmowania decyzji w sytuacjach spornych i obrony własnego zdania.</p> <p>Stosuje zasady czystej gry na boisku i w życiu codziennym.</p> <p>Zachowuje się właściwie jako kibic i zawodnik.</p> <p>Zachowuje się właściwie zarówno w sytuacji zwycięstwa, jak i przegranej.</p> <p>Ma szacunek dla przeciwnika w obliczu przegranej.</p>	<p>Wykonuje poprawnie następujące elementy techniki i taktyki piłki ręcznej:</p> <ul style="list-style-type: none"> atak szybki w zespole trójkowym na jedno i dwa podania atak pozycyjny w zespole czwórkowym i piątkowym obrona „każdy swego” w zespole czwórkowym i piątkowym <p>Potrafi stosować zasadę fair play w grze i zachować się poprawnie w roli kibica.</p>	<p>Zna zasady współdziałania zespołowego w piłce ręcznej.</p> <p>Wie ,jak wykonywać poszczególne elementy techniki piłki ręcznej oraz wykorzystać je w grze.</p> <p>Zna zespoły piłki ręcznej w kraju i osiągnięcia reprezentacji Polski.</p> <p>Zna zdrowotne i rekreacyjne walory piłki ręcznej,</p> <p>Wie, jak zorganizować rozgrywki na poziomie międzyklasowym.</p>	<p>Rozpoznaje cechy przywódcy style kierowania zespołem. Podporządkowuje się ustaleniom kapitana i trenera oraz decyzjom sędziego, nawet w sytuacji kontrowersyjnej. Pełni funkcje kierownicze i przywódcze w zespole.</p>	<p>Wykonuje bezbłędnie następujące elementy techniki i taktyki piłki ręcznej:</p> <ul style="list-style-type: none"> atak szybki z przewagą 2:1 i 3:2 atak pozycyjny całym zespołem. <p>Potrafi współdziałać w zespole w obronie i ataku w zespole sześciuosobowym.</p> <p>Potrafi podporządkować się ustaleniom kapitana i trenera oraz decyzjom sędziego.</p> <p>Umie kulturalnie zachować się na boisku i trybunach.</p>	<p>Zna zasady współdziałania zespołowego i umie je wykorzystać w grze w piłce ręcznej.</p> <p>Wie ,jak stosować elementy techniki i taktyki w grze, w zespołach czwórkowych i piątkowych.</p> <p>Zna przepisy gry i sędziowania w stopniu umożliwiającym pełnienie roli zawodnika, trenera, sędziego i organizatora zawodów.</p> <p>Zna zespoły europejskie i światowe, organizacje rozgrywek i na bieżąco śledzi wyniki spotkań.</p>

Cykl 4. wytrwałość i konsekwencja- ćwiczenia gimnastyczne

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Dobiera obciążenia ćwiczeń do możliwości własnych i partnera. Współpracuje w zespole. Stosuje demokratyczne sposoby podejmowania decyzji. Pomaga współwiczycemu w wykonaniu zadania. Przestrzega zasad bezpieczeństwa samo ochrony i asekuracji w czasie ćwiczeń gimnastycznych. Jest wytrwały w dążeniu do celu i konsekwentny w realizacji zobowiązań.</p>	<p>Potrafi wykonać prawidłowo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przewrót w przód i tył łącznie • stanie na rękach z pomocą i asekuracją • wejście na równoważnię do przysiadu z pomocą współwiczycącego, półprzysiad na jednej nodze i zeskok w bok do przysiadu • wymyk i odmyk • skok rozkroczny przez kozła wzdłuż łącznie ze skokiem zawrotnym przez 5 części skrzyni o nogach skurczonych do przysiadu • piramidę dwójkową i trójkową według instrukcji. <p>Potrafi przygotować zestaw ćwiczeń gimnastycznych.</p>	<p>Zna sposoby bezpiecznego korzystania z przyborów. Zna sposoby ćwiczeń korekcyjno-wyrównawczych. Zna zasady asekuracji i samoasekuracji w czasie ćwiczeń. Wie, jakie znaczenie ma gimnastyka dla prawidłowego funkcjonowania organizmu.</p>	<p>Przyjmuje odpowiedzialność za zdrowie własne i innych. Rozumie potrzebę stałego usprawniania się. Rozumie, na czym polega i od czego zależy dokonywanie wyborów korzystnych dla zdrowia. Jest wytrwały i konsekwentny w realizacji zobowiązań, nawet bez kontroli zewnętrznej.</p>	<p>Potrafi wykonać prawidłowo:</p> <ul style="list-style-type: none"> • przewrót w przód z biegu do postawy, obrót o 360 stopni i przewrót w tył do postawy • stanie na rękach i przewrót w przód z pomocą i asekuracją • wejście na równoważnię z siadu bocznego, półprzysiad, przejście krokiem zwykłym i zeskok w bok do przysiadu. • Wymyk i odmyk • skok rozkroczny przez kozioł w szereg łącznie ze skokiem kucznym przez 5 części skrzyni w szereg <p>Potrafi przygotować dla grupy zestaw ćwiczeń gimnastycznych z wykorzystaniem przyborów</p>	<p>Zna zasady higieny wypoczynku i pracy umysłowej. Wie, jakie jest znaczenie systematycznego wysiłku fizycznego dla zdrowia i urody. Zna zasady asekuracji i samoasekuracji podczas ćwiczeń. Zna osiągnięcia polskich zawodników w gimnastyce sportowej i artystycznej.</p>

Umie zapewnić
bezpieczeństwo sobie i
innym .Potrafi
demokratycznie
podejmować decyzje

i przyrządów
Umie dostosować
obciążenie ćwiczeń do
możliwości partnera.
Potrafi wytrwale i
konsekwentnie dążyć do
celu.

Cykl 5. Komunikacja, atak i obrona-technika i taktyka gry w koszykówce

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Potrafi podejmować decyzje w sytuacjach spornych i bronić własnego zdania. Podporządkowuje się decyzjom kapitana, trenera, sędziego. Podejmuje zobowiązania na miarę swoich możliwości. Zachowuje się właściwie jako kibic i zawodnik. Darzy przeciwnika szacunkiem zarówno w obliczu zwycięstwa jak i przegranej. Daje i przyjmuje wsparcie społeczne.</p>	<p>Potrafi wykonać prawidłowo następujące elementy techniki i taktyki:</p> <ul style="list-style-type: none"> atak szybki w trójkach na jedno i dwa podania atak przy przewadze atakujących 2:1 i 3:2 atak pozycyjny 3:3 i 4:4 współpraca w obronie” każdy swego” z przekazywaniem współpraca w obronie strefowej 3:3 i 4:4. Potrafi zawsze stosować zasadę fair play, wykorzystać nabyte umiejętności techniczno-taktyczne w grze. <p>Umie zachować się poprawnie w roli kibica, udziela wsparcia swoim faworytom bez względu na wynik spotkania.</p>	<p>Wie, jak wykorzystać poznane elementy techniki i taktyki w grze. Wie, jakie są systemy rozgrywania zawodów koszykówki i jak zorganizować zawody międzyklasowe. Zna zespoły polskiej ligi koszykówki ,zawodników i osiągnięcia. Zna dokonania reprezentacji kraju i wyniki ligi europejskiej i światowej. Zna walory rekreacyjne koszykówki</p>	<p>Udziela wsparcia swoim faworytom bez względu na wynik spotkania. Podporządkowuje się decyzjom sędziego, nawet w sytuacjach spornych.</p>	<p>Potrafi wykonać prawidłowo następujące elementy techniki i taktyki:</p> <ul style="list-style-type: none"> atak szybki w trójkach atak przy przewadze atakujących 2:1 i 3:2 współpraca w obronie” każdy swego” 5:5 z przekazywaniem współpraca w obronie strefowej 5:5 <p>Potrafi uczestniczyć w turnieju według założeń taktycznych trenera, przestrzega dyscypliny gry. Potrafi podjąć decyzję w sytuacjach spornych i obronić swoje zdanie. Potrafi podporządkować się bezwzględnie decyzjom sędziego.</p>	<p>Zna podstawy taktyki gry i potrafi ustalić taktykę dla swego zespołu w określonym systemie rozgrywek zawodów. Wie, jak zorganizować zawody szkolne w piłkę koszykową. Wie, jakie wyniki osiągają najlepsze zespoły Europy i świata. Zna sposoby wykorzystania elementów koszykówki w grach i zabawach</p>

Cykl 6.Odporność organizmu-sporty zimowe

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Podporządkowuje się ustalonym regułom postępowania w celu zapewnienia bezpieczeństwa sobie i innym.</p> <p>Przewycięża słabość i hartuje swój organizm.</p> <p>Właściwie przyjmuje porażki i traktuje je jako mobilizację do zwiększenia wysiłku w ćwiczeniach.</p>	<p>Potrafi dobrać ubiór i bezpieczne miejsce do zajęć sportowo – rekreacyjnych na śniegu i lodzie.</p> <p>Umie wykorzystać opanowane techniki jazdy na sankach do zabaw i gier rekreacyjnych.</p> <p>Potrafi dobrać właściwe formy aktywności fizycznej do okresów życia człowieka.</p>	<p>Wie, jak bezpiecznie zorganizować zajęcia na śniegu i lodzie.</p> <p>Zna sportowe konkurencje zimowe i dokonania polskich sportowców na olimpiadach zimowych.</p> <p>Zna walory rekreacyjno – sportowe i zdrowotne sportów zimowych.</p> <p>Wie, jakie korzyści dla zdrowia płyną z podejmowania różnych form aktywności fizycznej w kolejnych okresach życia.</p>	<p>Traktuje porażkę jako mobilizację do zwiększenia wysiłku, wytrwale dąży do celu.</p> <p>Racjonalnie wykorzystuje czas wolny.</p>	<p>Potrafi dobrać sprzęt do sportów zimowych, wybrać bezpieczny teren i zorganizować współzawodnictwo.</p> <p>Umie mobilizować innych do aktywnego spędzania czasu wolnego.</p>	<p>Wie, jakie konkurencje i jaki sprzęt są charakterystyczne do sportów zimowych.</p> <p>Zna światowe osiągnięcia i sławy w sportach zimowych.</p> <p>Wie, jakie są walory turystyczno – rekreacyjne najbliższej okolicy i jak je można wykorzystać do zajęć rekreacyjno – sportowych w zimie.</p>

Cykl 7.Kultura zachowania-muzyka łagodzi obyczaje

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Zachowuje się kulturalnie na zabawach, balach i dyskotekach.</p> <p>Panuje nad negatywnymi emocjami.</p> <p>Jest dumny z tradycji i kultury „małej” i „dużej” ojczyzny.</p> <p>Dokonuje samooceny wykonania zadania w kontekście oceny dokonanej przez rówieśników.</p>	<p>Potrafi wykonać podstawowe kroki i układy taneczne wybranego tańca narodowego.</p> <p>Potrafi wykonać ćwiczenia przy muzyce według inwencji nauczyciela.</p> <p>Umie swobodnie poruszać się w rytm muzyki i wykonać układ ćwiczeń z przyborem według inwencji nauczyciela.</p>	<p>Zna tańce narodowe.</p> <p>Zna historię, tradycję i kulturę swojego regionu.</p> <p>Wie, jak zachować się podczas zabaw tanecznych.</p>	<p>Rozładowuje napięcia emocjonalne i wyraża uczucia poprzez ruch, gest, muzykę.</p> <p>Sprawiedliwie i obiektywnie ocenia wykonanie zadania przez innych ćwiczących.</p>	<p>Potrafi wykonać podstawowe figury taneczne wybranego tańca narodowego.</p> <p>Umie tworzyć krótkie układy ruchowe inspirowane muzyką, wyrazić emocje i uczucia w tańcu, przekazać ruchem nastrój utworu.</p> <p>Potrafi przeprowadzić konkurs poznanych tańców oraz sprawiedliwie i obiektywnie ocenić sposób ich wykonania.</p>	<p>Wie, jakie jest znaczenie tańców narodowych dla kultury człowieka ,regionu i narodu.</p> <p>Zna charakterystyczne cechy kultury własnego regionu.</p> <p>Zna sposoby wyrażania uczuć i rozładowania negatywnych emocji.</p> <p>Zna zasady organizacji konkursów tańców.</p>

Cykl 8. Współdziałanie i współpraca w zespole-piłka siatkowa

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Podporządkowuje się decyzjom trenera i kapitana zespołu, współpracuje i współdziała w zespole.</p> <p>Potrafi podejmować trudne decyzje, a w sytuacjach spornych – bronić własnego zdania.</p> <p>Zachowuje się właściwie zarówno w sytuacji zwycięstwa, jak i porażki.</p> <p>Posiada szacunek dla przeciwnika, nawet w obliczu przegranej. Stosuje zasadę fair play grze i zachowuje się właściwie w roli kibica.</p>	<p>Potrafi prawidłowo wykonać następujące elementy techniczne i taktyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> ustawienie zespołu do odbioru piłki po zagrywce i ataku przeciwnika zastawienie piłki w dwójkach ustawienie zespołu do asekuracji pola gry. <p>Potrafi stosować zasadę fair play w grze i zachować się właściwie w roli kibica.</p> <p>Potrafi dobrać i zastosować odpowiednie gry i zabawy do nauczania techniki piłki siatkowej i zastosować poznane elementy techniki w grze.</p> <p>Umie zorganizować zawody międzyklasowe piłki siatkowej.</p>	<p>Zna przykłady gier ruchowych kształtujących umiejętności techniczno-taktyczne w piłce siatkowej.</p> <p>Zna zasady współdziałania zespołowego w grze.</p> <p>Zna ligowe drużyny siatkarskie, zawodników i wyniki spotkań oraz historyczne osiągnięcia reprezentacji kraju.</p> <p>Wie, jakie są walory rekreacyjne i zdrowotne siatkówki.</p> <p>Wie jak zorganizować międzyklasowe rozgrywki.</p>	<p>Pełni rolę przywódcy.</p> <p>Zna cechy przywódcy i style kierowania zespołem.</p> <p>Potrafi skutecznie prowadzić negocjację.</p> <p>Współdziała w zespole mimo różnic i antypatii w celu osiągnięcia zamierzonego celu.</p>	<p>Potrafi prawidłowo wykonać następujące elementy techniczne i taktyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> Odebranie piłki po zagrywce i atakujących rozegranie atak lub zwód zastawienie piłki w trójkach przy współdziałaniu całego zespołu. <p>Potrafi przyjąć odpowiednie założenia taktyki i wykonać je skutecznie w grze.</p> <p>Potrafi z powodzeniem stosować poznane elementy techniki i taktyki w grze.</p> <p>Umie zorganizować i sędziować szkolne zawody piłki siatkowej.</p> <p>Potrafi dobrać gry ruchowe do nauczania współdziałania zespołowego w piłce siatkowej.</p>	<p>Zna zasady i umie przeprowadzić gry ruchowe wprowadzające do nauczania techniki i taktyki piłki siatkowej.</p> <p>Wie, jakie są zasady postępowania taktycznego w obronie i ataku i umie je zastosować w grze.</p> <p>Zna zasady i sposoby współdziałania zespołowego.</p> <p>Zna europejskie i światowe zespoły piłki siatkowej, ich dokonania i osiągnięcia ,na bieżąco śledzi wyniki rozgrywek.</p> <p>Wie jak zorganizować rozgrywki na poziomie szkolnym.</p>

Cykl 9. Jak wypoczywać-rekreacja

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Ma świadomość znaczenia i potrzeby ruchu oraz czynnego wypoczynku. Samodzielnie podejmuje działania rozwijające sprawność fizyczną. Wykazuje troskę o zdrowie własne i innych. Dostrzega potrzeby innych.</p>	<p>Zna podstawowe przepisy gry w: badminton, ringo i tenisa stołowego i. Zna zasady bezpiecznego uczestnictwa w grach i zabawach rekreacyjnych. Kształtuje nawyki ćwiczeń ruchowych w wolnym czasie. Potrafi samodzielnie przeprowadzić rozgrzewkę. Umie sędziować fragmenty meczy</p>	<p>Współpracuje z innymi w sporcie i życiu codziennym. Dąży do perfekcji w opanowaniu wybranych umiejętności ruchowych.</p>	<p>Samodzielnie podejmuje działania rozwijające sprawność fizyczną i motywuje rówieśników oraz członków własnej rodziny do aktywności ruchowej. Podejmuje różnorodne działania na rzecz innych.</p>	<p>Ma opanowane na dobrym poziomie elementy badminton, ringo, i tenisa stołowego. Potrafi zorganizować i zachęcić innych do udziału w poznanych formach rekreacji.</p>	<p>Zna sposoby organizowania współzawodnictwa w badmintonie, ringo, tenisie stołowym i unihokeju. Wie, jaką wartość dla zdrowia ma czynny wypoczynek.</p>

Cykl 10 Szacunek dla przeciwnika- zawodnik, sędzia, kibic w piłce nożnej.

Proces Podstawowy- Uczeń:			'Poziom rozszerzony- Uczeń:		
postawa	umiejętności	wiadomości	postawa	umiejętności	wiadomości
<p>Stosuje zasadę czystej gry i niewykorzystywania przewagi losowej. Jest kulturalnym kibicem. Podejmuje decyzje w sytuacjach spornych i broni własnego zdania. Zachowuje się właściwie jako kibic i zawodnik. Darzy szacunkiem przeciwnika.</p>	<p>Potrafi prawidłowo wykonać następujące elementy techniczne i taktyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> atak szybki po przyjęciu piłki na dwa trzy podania atak pozycyjny z udziałem czterech „pięciu” zawodników krycie „każdy swego” z przekazywaniem krycie strefą. <p>Umie wykorzystać poznane elementy techniki taktyki w grze właściwej. Umie współpracować w zespole i podporządkować się decyzjom kapitana zespołu, trenera i sędziego. Potrafi stosować zasadę fair play w grze i zachować się właściwie w roli zawodnika i kibica.</p>	<p>Zna elementy techniki piłki nożnej i wie ,jak stosować skutecznie przepisy w grze oraz podczas sędziowania. Zna drużyny ekstraklasy oraz zawodników reprezentacji kraju ,ich wyniki i osiągnięcia. Zna historyczne dokonania polskiej reprezentacji. Zna walory rekreacyjne piłki nożnej. Wie ,jak zachować się jako zawodnik i kibic. Przestrzega zasad współżycia społecznego na boisku i w życiu codziennym</p>	<p>Wykazuje tolerancję i poszanowanie dla kibiców przeciwnej drużyny. Współpracuje i współdziała z innymi kibicami w celu stworzenia sportowej atmosfery w czasie zawodów. Rozróżnia przyjaźń w życiu codziennym i rywalizację w sporcie. Przeciwstawia się negatywnym zjawiskom w piłce nożnej (nieuczciwość zawodników i sędziów, środki dopingujące, sprzedawanie meczów, brutalność i chamstwo kibiców).</p>	<p>Potrafi prawidłowo wykonać następujące elementy techniczne i taktyczne:</p> <ul style="list-style-type: none"> atak szybki od bramkarza atak pozycyjny z udziałem całego zespołu krycie „każdy swego” odbieranie piłki za pomocą Pressingu <p>Potrafi wykonać założenia taktyki w grze. Potrafi pełnić rolę kapitana zespołu, sędziego i zawodnika. Potrafi zorganizować rozgrywkę na szczeblu szkoły. Umie podjąć właściwą decyzję w sytuacji spornej i obronić ją.</p>	<p>Wie ,jak współpracować w dwójkach i trójkach, wykonując stałe fragmenty gry. Zna sposoby i systemy rozgrywania zawodów piłki nożnej, wie jak zorganizować międzypoklasowe rozgrywki eliminacyjne i finałowe. Zna europejskie i światowe kluby piłkarskie ,zawodników, trenerów i wyniki realizacji. Wie, jaką rolę w zespole pełni kapitan i trener, zna style kierowania zespołem. Zna zasady sprawiedliwego i uczciwego sędziowania. Wie, jak przeciwstawić się negatywnym zjawiskom w piłce nożnej(nieuczciwość sędziów i zawodników, środki dopingujące ,sprzedawanie meczy, brutalność i chamstwo kibiców)</p>

