

PLAN WYNIKOWY

z przedmiotu wychowanie fizyczne dla klas VI

Dział	Temat	Wymagania Programowe		Korelacja Między Przedmiotami	Metody
		Podstawowe	Ponadpodstawowe		
Lekkoatletyka	Doskonalenie startu niskiego i techniki biegu Biegi w szybkim tempie ze startu niskiego . Bieg sprawdzający na dystansie 60 m . Rozwijamy szybkość poprzez biegi na dystansie 30 -40 m.	Wykona start niski po korekcie nauczyciela Przebiegnie dystans w wolnym tempie Start niski z małymi błędami technicznymi Technika przekazywania pałeczki oraz startu niskiego z pałeczką wymagają korekty Bezpiecznie pokonuje przeszkody terenowe w wolnym tempie Przebiegnie dystans w wolnym tempie	Bez błędnie wykona start niski, zna komendy do startu Przebiegnie dystans w szybkim tempie Start niski poprawny technicznie Zna sposoby przekazywania pałeczki Technika przekazywania pałeczki oraz startu niskiego z pałeczką nie wymagają korekty Bezpiecznie pokonuje przeszkody terenowe w szybkim tempie Przebiegnie dystans w szybkim tempie Zna komendy startu wysokiego	Edukacja prozdrowotna Edukacja ekologiczna	Ścisła intensyfikacja (forma-współzawodnictwo indywidualne) Bezpośredniej celowości ruchu
	Doskonalenie przekazywania pałeczki sztafetowej od góry i od dołu. Start niski z pałeczką sztafetową	Wykona rzut po instrukcji nauczyciela na bliską odległość jw.	Wykona prawidłowy technicznie rzut, na dużą odległość Odczytuje wynik rzutu współwiczącego	Matematyka	Tor przeszkód Ścieżka zdrowia Ścisła
	Atletyka terenowa, kształtowanie wytrzymałości Sprawdzian wytrzymałości, bieg na dystansie 600m i 1000m	Technika skoku wymaga korekty nauczyciela.	Wykona prawidłowy techniczny skok na dużą odległość	Matematyka	Analityczna Syntetyczna
	Doskonalenie rzutu piłeczką palantową z miejsca i na odległość Sprawdzian rzutu piłeczką palantową na odległość	Skok wykonuje na bliską odległość Uczeń przestrzega zasad bezpieczeństwa w trakcie ćwiczeń Wykona rzut po pokazie nauczyciela, na bliską odległość, technika rzutu wymaga korekty	Uczeń umie dokonać pomiaru rzutu Uczeń wie co oznacza „spalony”, „strefa odbicia” Wykona prawidłowy techniczny rzut na dużą odległość	Matematyka	Bezpośredniej celowości ruchu
	Wykorzystujemy piłki lekarskie do ćwiczeń rozwijających siłę Sprawdzian siły rzutu piłką lekarską 3kg w tył, na odległość				

Dział	Temat	Wymagania Programowe		Korelacja Między Przedmiotami	Metody
		Podstawowe	Ponadpodstawowe		
Gry drużyny nowe	Gra w „dwa ognie”, nauka i doskonalenie zwodów i uników	Uczestniczy w grach i zabawach Wykonuje zwody i uniki po instrukcji nauczyciela	Uczestniczy w grach i zabawach Wykonuje zwody i uniki nie daje się zbić. Pełni rolę sędziego pomocnika Uczestniczy w grach i zabawach Wykonuje podania i chwyt prawidłowe technicznie	Edukacja prozdrowotna	Wychowawcza Zabawowo-naśladowcza
	Ringo, gra właściwa	Wykonuje podania i chwyt z małymi błędami technicznymi			
Pilka nożna	<p>Prowadzenie piłki prawą i lewą nogą</p> <p>Przyjęcia piłki uderzonej różną siłą</p> <p>Uderzenie piłki głową i strzał na bramkę</p> <p>Doskonalenie przyjęcia i uderzenia piłki</p> <p>Wymijanie współpartnera z prowadzeniem piłki</p> <p>Strzały do bramki z różnych pozycji, podania sytuacyjne</p> <p>Ćwiczenia kompleksowe z poznanymi elementami gry</p> <p>Nauka pojedynczego zwodu.</p> <p>Doskonalenie zwodów z prowadzeniem piłki</p> <p>Doskonalimy elementy techniczne piłki nożnej</p> <p>Pilka nożna gra uproszczona</p> <p>Mini piłka nożna</p>	<p>Uderzenia i przyjęcia piłki wymagają korekty nauczyciela</p> <p>Wykonuje prowadzenie piłki w wolnym tempie, wzrok skierowany ma cały czas na piłkę</p> <p>Wykonuje strzały do pustej bramki z różnych odległości, z małą siłą</p> <p>Potrafi wykorzystać poznane elementy w grze zespołowej</p> <p>Element tan sprawia mu trudności, wykonany jest w wolnym tempie</p> <p>Zna podstawowe przepisy gry</p> <p>Chętnie bierze udział w grze</p>	<p>Uderzenia i przyjęcia piłki nie wymagają korekty</p> <p>Wykonuje prowadzenie piłki w szybkim tempie</p> <p>Uczeń zna prawidłową terminologię elementów technicznych</p> <p>Wykonuje precyzyjne strzały na bramkę z różnych odległości z dużą siłą</p> <p>Potrafi wykorzystać poznane elementy techniczne w grze zespołowej, zdobywa bramki dla swojej drużyny</p> <p>Umiejętnie pełni rolę sędziego pomocnika</p> <p>Potrafi wykorzystać poznane elementy w grze zespołowej</p> <p>Zna przepisy gry</p>	<p>Edukacja prozdrowotna</p> <p>Edukacja prozdrowotna</p>	<p>Ścisła</p> <p>Syntetyczna</p> <p>Kombinowana</p> <p>Analityczna</p> <p>Intensyfikująca (forma-współzawodnictwo zespołowe)</p>

			Trafia do dołączków z bliskiej odległości		
--	--	--	---	--	--

Dział	Temat	Wymagania Programowe		Korelacja Między Przedmiotami	Metody
		Podstawowe	Ponadpodstawowe		
Koszykówka	Podania i chwyt piłki sprzed klatki piersiowej Rzuty do kosza oburącz i jednorącz z miejsca Doskonalenie dwutaktu z prawej i lewej strony kosza Doskonalenie kozłowania prawą i lewą ręką Krycie każdy swego Mini koszykówka, gra uproszczona Małe gry- 3x3	Podania, chwyt wymagają korekty nauczyciela Rzuty do kosza wykonuje z błędami technicznymi, z bliskiej odległości Dwutakt wykonuje z małymi błędami ale zna jego znaczenie Kozłuje po instrukcji nauczyciela w wolnym tempie, wzrok ma skierowany na piłkę Uczeń zna podstawowe przepisy gry w koszykówkę Uczestniczy w grach Respektuje zasady gry” fair play” Uczeń zna zasady kulturalnego uczestnictwa i kibicowania w czasie gry	Podania, chwyt nie wymagają korekty nauczyciela Rzuty do kosza wykonuje prawidłowo technicznie, z różnych odległości Dwutakt wykonuje prawidłowo technicznie Kozłuje w szybkim tempie, wzrokiem kontroluje co dzieje się na boisku Uczeń zna przepisy gry w koszykówkę Uczestniczy w grach Pełni rolę sędziego pomocnika Doskonale zna przepisy gry i reaguje na sygnalizację sędziego Kozłuje dynamicznie i poprawnie technicznie	Edukacja prozdrowotna	Ścisła Bezpośredniej celowości ruchu Analityczna Intensyfikująca(forma-współzawodnictwo zespołowe)
	Piłkarstwo ręczne	Doskonalenie podań dalekich i bliskich Doskonalenie krycia Doskonalenie kozłowania piłki ze zmianą ręki, tempa, kierunku, atak szybki Gra bramkarza. Doskonalenie zwodów i wyminień. Doskonalenie rzutów wolnych na bramkę Gra właściwa	Zna przepisy i realizuje je w trakcie gry. Kozłowanie, atak na bramkę wykonuje poprawnie	Potrafi wykonać zwód pojedynczy lub podwójny przed rzutem na bramkę Celny rzut na bramkę z wyskoku	Edukacja prozdrowotna
Siatkówka	Przyjęcie piłki z zagrywki Rozgrywanie piłki w zespołach Fragmenty gry w nauczaniu wystawiania piłki Fragmenty gry w nauczaniu zbijania piłki Gra przez zasłoniętą siatkę Gra uproszczona 3x3, 4x4 Zagrywka sposobem górnym	Odbija piłkę sposobem oburącz górnym i dolnym z małymi błędami technicznymi Wykonuje zagrywkę górną i dolną po instrukcji nauczyciela z małymi błędami technicznymi Zna podstawowe przepisy gry w siatkówkę Uczeń zna zasady kulturalnego uczestnictwa i kibicowania w czasie gry	Odbija sposobem oburącz górnym i dolnym poprawnie technicznie Wykonuje zagrywkę górną i dolną poprawnie technicznie Zdobywa pkt. dla swojej drużyny Pełni rolę sędziego Zna przepisy gry w siatkówkę Przyjmuje, wystawia i atakuje piłkę dokładnie w określone miejsce na boisku. Mocno	Edukacja prozdrowotna	Bezpośredniej celowości ruchu Intensyfikująca(forma-współzawodnictwo zespołowe)

		Respektuje zasady gry” fair play”	koncentruje się na boisku. Posiada dużą podzielność uwagi.		
--	--	-----------------------------------	---	--	--

Dział	Temat	Wymagania Programowe		Korelacja Między Przedmiotami	Metody
		Podstawowe	Ponadpodstawowe		
Unihokej	Unihokej, zabawy przygotowujące do gry	Uczestniczy w grach i zabawach Prowadzenie piłki, chwyt kija wymagają korekty nauczyciela	Uczestniczy aktywnie w grach i zabawach Prowadzenie piłki i chwyt kija nie wymagają korekty nauczyciela Przyjęcia i podania piłki są dokładne	Edukacja prozdrowotna	Zabawowo-naśladowcza
	Doskonalenie podań i przyjęć piłki w miejscu i biegu Strzały na bramkę z różnych odległości Doskonalenie zwodów, odbieranie piłki przeciwnikowi Doskonalenie umiejętności technicznych Unihokej, gra właściwa	Przyjęcia i podania piłki są niedokładne Technika strzału na bramkę wymaga korekty nauczyciela Wykonuje zwody po instrukcji nauczyciela, odbieranie piłki partnerowi sprawia mu problem Potrafi wykorzystać zdobyte umiejętności techniczne w grze zespołowej Uczestniczy w grze, zna podstawowe zasady gry Uczeń zna zasady kulturalnego uczestnictwa i kibicowania w czasie gry Respektuje zasady gry” fair play”	Strzały na bramkę są precyzyjne Z łatwością wykonuje zwody i odbiera piłkę przeciwnikowi Potrafi umiejętnie wykorzystać zdobyte umiejętności techniczne w grze zespołowej Pełni rolę sędziego pomocnika Uczestniczy w grze zdobywa pkt. dla swojej drużyny		Bezpośredniej celowości ruchu Ścisła Intensyfikująca(forma-współzawodnictwo zespołowe)
Tenis stołowy	Doskonalenie odbić z forhendu	Chwyt rakiетки, praca nóg wymagają korekty nauczyciela Technika serwisu z małymi błędami Odbicie z forhendu i bekhendu wymagają korekty nauczyciela Uczestniczy w grach pojedynczych i podwójnych	Chwyt rakiетки i praca nóg nie wymagają korekty nauczyciela Technika serwisu prawidłowa Odbicie z forhendu i bekhendu nie wymaga korekty nauczyciela Potrafi liczyć pkt. w grze Uczestniczy w grach pojedynczych i podwójnych, w rozgrywkach klasowych oraz szkolnych i wygrywa większość meczów Pełni rolę sędziego	Edukacja prozdrowotna	Złożona Intensyfikująca(forma-współzawodnictwo zespołowe)
	Doskonalenie odbić z bekhendu				
	Gra pojedyncza				
	Gra podwójna				

Dział	Temat	Wymagania Programowe		Korelacja Między Przedmiotami	Metody
		Podstawowe	Ponadpodstawowe		
Badminton	Doskonalenie serwu, prawidłowa praca nóg	Chwyt rakiety, praca nóg wymagająca korekty nauczyciela	Chwyt raketki i praca nóg nie wymagają korekty nauczyciela	Edukacja prozdrowotna	Bezpośredniej celowości ruchu
	Doskonalenie odbić z forhendu Doskonalenie odbić z bekhendu Doskonalenie umiejętności technicznych Badminton gra właściwa	Technika serwu z małymi błędami Odbicie z forhendu i bekhendu wymagają korekty nauczyciela Potrafi wykorzystać zdobyte umiejętności techniczne w grze zespołowej Zna podstawowe przepisy gry Uczestniczy w grze Respektuje zasady gry” fair play”	Technika serwisu prawidłowa Odbicie z forhendu i bekhendu nie wymaga korekty nauczyciela Potrafi liczyć pkt. w grze i zna jej zasady Uczestniczy w grze, w rozgrywkach klasowych oraz szkolnych i wygrywa większość meczów Pełni rolę sędziego	Edukacja prozdrowotna	Problemowa intensyfikacja(forma-współzawodnictwo indywidualne stacje) Zadań dodatkowych
Gimnastyka	Doskonalenie stania na rękach	Wykonanie stania na rękach z małymi błędami, za pomocą nauczyciela	Wykonuje stanie na rękach poprawnie technicznie, bez pomocy nauczyciela		Bezpośredniej celowości ruchu
	Skok rozkroczny przez kozła Doskonalenie skoku rozkrocznego przez kozła Piramidy gimnastyczne dwu i wieloosobowe	Odbicie z odskoczni wykonane w wolnym tempie, zbyt słabo Wymaga korekty nauczyciela Uczestniczy w zajęciach Skok wymaga korekty nauczyciela Zna prawidłową terminologię w określeniu ćwiczeń gimnastycznych	Odbicie z odskoczni wykonane w szybkim tempie, skok prawidłowy technicznie Skok nie wymaga korekty i pomocy nauczyciela, wykonany jest na dużą wysokość		Zadań dodatkowych kombinowana
Rytm i taniec	Kształtowanie ekspresji ruchu i precyzji w wykonaniu ćwiczeń	Naśladuje ruchy nauczyciela, bądź kolegi podczas ćwiczeń przy muzyce	Uczeń rozwija poczucie rytmu naśladując ruchy nauczyciela, kolegi, sam wykazuje się pomysłami podczas ćwiczeń przy muzyce	Muzyka	Gimnastyka rytmiczna
	Kształtowanie rytmizacji Aerobik	Rozwija wycucie płynności ruchu w ćwiczeniach przy muzyce. Wykonuje inscenizacje ruchowe tworzone przez współćwiczących	Współdziała w małych grupach w tworzeniu krótkich układach tanecznych		Gimnastyka twórcza

Dział	Temat	Wymagania Programowe		Korelacja Między Przedmiotami	Metody
		Podstawowe	Ponadpodstawowe		
Sporty zimowe	Zabawy i gry na śniegu Rzuty śnieżkami do celu	Uczestniczy w grach i zabawach na śniegu Naśladuje w grach i zabawach współwiczającego Wie jak ubrać się do sportów zimowych Dba o bezpieczeństwo podczas zabaw na śniegu.	Uczestniczy w grach i zabawach na śniegu Proponuje gry i zabawy na śniegu Wykazuje się celnością w rzutach do celu Uczeń rozwija swoją wyobraźnię w budowie figur śniegowych	Edukacja prozdrowotna	Zabawowo-naśladowcza Wychowawcza