**6.3. Wymagania szczegółowe w klasie IV szkoły podstawowej**

W klasie IV szkoły podstawowej kontrolujemy i oceniamy następujące obszary aktywności ucznia:

* postawę ucznia i jego kompetencje społeczne,
* systematyczny udział i aktywność w trakcie zajęć,
* sprawność fizyczną (kontrola):

siła mięśni brzucha - siady z leżenia tyłem wykonywane w czasie 30 s [według MTSF],

gibkość - skłon tułowia w przód z podwyższenia [według MTSF],

pomiar tętna przed wysiłkiem i po jego zakończeniu - Próba Ruffiera.

* umiejętności ruchowe:

gimnastyka:

* przewrót w przód z przysiadu podpartego do przysiadu podpartego,
* układ gimnastyczny według własnej inwencji (postawa zasadnicza, przysiad podparty, przewrót w przód, klęk podparty, leżenie przewrotne),

mini piłka nożna:

* prowadzenie piłki wewnętrzną częścią stopy prawą lub lewą nogą,
* uderzenie piłki na bramkę wewnętrzną częścią stopy, mini koszykówka:
* kozłowanie piłki w marszu lub biegu po prostej ze zmianą ręki kozłującej,
* podania oburącz sprzed klatki piersiowej w marszu, mini piłka ręczna:
* rzut na bramkę jednorącz z kilku kroków marszu,
* podanie jednorącz półgórne w marszu, mini piłka siatkowa:
* odbicie piłki sposobem oburącz górnym po własnym podrzucie, wiadomości:

uczeń zna podstawowe przepisy mini gier zespołowych, uczeń potrafi wyjaśnić pojęcie sprawności fizycznej i rozwoju fizycznego, uczeń zna wszystkie próby ISF K. Zuchory, potrafi je samodzielnie przeprowadzić oraz indywidualnie interpretuje własny wynik.