



SZKOŁA PODSTAWOWA
IM. JANA PAWŁA II
W MICHAŁOWICACH

Szkoła na TAK! Klasa 1. Wymagania edukacyjne

I półrocze	II półrocze
I. Edukacja polonistyczna	I. Edukacja polonistyczna
1. Słuchanie	1. Słuchanie
Uczeń: • uważnie słucha wypowiedzi dorosłych i rówieśników • słucha z uwagą wierszy, opowiadań i innych tekstów	Uczeń: • uważnie słucha wypowiedzi dorosłych i rówieśników • słucha z uwagą wierszy, opowiadań i innych tekstów
2. Mówienie	2. Mówienie
Uczeń: • odpowiada na pytania dotyczące tekstów • konstruuje spójną, kilkuzdaniową wypowiedź, która jest poprawna pod względem logicznym i gramatycznym • używa bogatego słownictwa • dostrzega i tworzy związki przyczynowo-skutkowe	Uczeń: • odpowiada na pytania dotyczące tekstów • konstruuje spójną, kilkuzdaniową wypowiedź, która jest poprawna pod względem logicznym i gramatycznym • używa bogatego słownictwa • dostrzega i tworzy związki przyczynowo-skutkowe • recytuje wiersze
3. Czytanie	3. Czytanie
Uczeń: • czyta po cichu teksty drukowane • czyta głośno i wyraźnie wskazane teksty	Uczeń: • czyta po cichu teksty drukowane • czyta głośno i wyraźnie wskazane teksty (drukowane i pisane samodzielnie) • czyta wybrane książki • wyszukuje w tekstach wskazane fragmenty • czyta tekst ze zrozumieniem

4. Pisanie Uczeń: • poprawnie pisze i łączy litery • prawidłowo rozmieszcza pismo w liniaturze • pisze czytelnie zdania • stosuje poprawnie znaki interpunkcyjne na końcu zdania • układa zdarzenia we właściwej kolejności • przestrzega poprawności ortograficznej w wyrazach	4. Pisanie Uczeń: • poprawnie pisze i łączy litery • prawidłowo rozmieszcza pismo w liniaturze • pisze czytelnie zdania • bezbłędnie przepisuje zdania • stosuje poprawnie znaki interpunkcyjne na końcu zdania • układa zdarzenia we właściwej kolejności • przestrzega poprawności ortograficznej w wyrazach • pisze z pamięci zdania
5. Kształcenie językowe Uczeń: • wyróżnia w wyrazach samogłoski i spółgłoski oraz sylaby • układa wyrazy z rozsypanek literowych i sylabowych • wyróżnia wyrazy w zdaniach • wyróżnia zdania w wypowiedziach	5. Kształcenie językowe Uczeń: • wyróżnia w wyrazach samogłoski i spółgłoski oraz sylaby • układa wyrazy z rozsypanek literowych i sylabowych • wyróżnia wyrazy w zdaniach • wyróżnia zdania w wypowiedziach • łączy wyrazy w wypowiedzenie • rozróżnia rzeczowniki, czasowniki • rozpoznaje zdania oznajmujące, pytające i rozkazujące
6. Samokształcenie Uczeń: • podejmuje próby zapisu nowych, samodzielnie poznanych wyrazów	6. Samokształcenie Uczeń: • podejmuje próby zapisu nowych, samodzielnie poznanych wyrazów
II. Edukacja matematyczna	
1. Stosunki przestrzenne i cechy wielkościowe	1. Stosunki przestrzenne i cechy wielkościowe
Uczeń: • określa wzajemne położenie przedmiotów na płaszczyźnie • określa kierunki względem siebie	Uczeń: • określa wzajemne położenie przedmiotów na płaszczyźnie • określa kierunki względem siebie

- określa kierunki względem innej osoby - określa kierunki na kartce - porównuje przedmioty pod względem wyróżnionej cechy wielkościowej np. długości czy masy - posługuje się pojęciami: rząd pionowy, rząd poziomy, rząd ukośny	- określa kierunki względem innej osoby - określa kierunki na kartce - porównuje przedmioty pod względem wyróżnionej cechy wielkościowej np. długości czy masy - posługuje się pojęciami: rząd pionowy, rząd poziomy, rząd ukośny
2. Liczby i ich własności	2. Liczby i ich własności
Uczeń: - liczy w przód i w tył od podanej liczby w zakresie 10 - odczytuje i zapisuje za pomocą cyfr liczby w zakresie 10 - porównuje liczby, stosuje znaki: $<$, $>$, $=$ - zna strukturę liczby dwucyfrowej - rozumie aspekt porządkowy liczby - stosuje określenia „liczba o 2 większa / mniejsza”	Uczeń: - liczy w przód i w tył od podanej liczby w zakresie 10 - odczytuje i zapisuje za pomocą cyfr liczby w zakresie 10 - porównuje liczby, stosuje znaki: $<$, $>$, $=$ - zna strukturę liczby dwucyfrowej - rozumie aspekt porządkowy liczby - stosuje określenia „liczba o 2 większa / mniejsza”
3. Posługiwanie się liczbami	3. Posługiwanie się liczbami
Uczeń: - dodaje i odejmuje liczby w zakresie 10 - dodaje i odejmuje liczby w zakresie 20 z użyciem konkretów, np. na chodniczkach liczbowych, liczydełkach - dostrzega związki dodawania z odejmowaniem - rozkłada liczby drugiej dziesiątki na składniki - stosuje przemienność dodawania	Uczeń: - dodaje i odejmuje liczby w zakresie 10 - dodaje i odejmuje liczby w zakresie 20 z użyciem konkretów, np. na chodniczkach liczbowych, liczydełkach - dostrzega związki dodawania z odejmowaniem - rozkłada liczby drugiej dziesiątki na składniki - stosuje przemienność dodawania - rozumie na czym polega mnożenie i dzielenie - mnoży i dzieli w zakresie 30 z wykorzystaniem konkretów lub ilustracji - dodaje i odejmuje pełne dziesiątki w zakresie 100 z użyciem konkretów

4. Czytanie tekstów matematycznych	4. Czytanie tekstów matematycznych
Uczeń: • opisuje rozwiązanie zadania za pomocą działań • rozwiązuje zadania tekstowe jednodziałaniowe na dodawanie i odejmowanie w zakresie 20 • układa zadania do ilustracji • odpowiada na pytania do tekstów matematycznych z cyklu „Sprawa dla detektywa”	Uczeń: • opisuje rozwiązanie zadania za pomocą działań • rozwiązuje zadania tekstowe jednodziałaniowe na dodawanie i odejmowanie w zakresie 20 • układa zadania do ilustracji, działania lub pytania • opisuje rozwiązanie zadania za pomocą rysunku • potrafi rozpoznać zadanie nietypowe (z niedomiarem lub nadmiarem danych, zadanie bezsensowne życiowo) • rozwiązuje zadania tekstowe jednodziałaniowe na mnożenie i dzielenie w zakresie 30 z użyciem konkretów lub ilustracji • analizuje i rozwiązuje zadania • odpowiada na pytania do tekstów matematycznych z cyklu „Sprawa dla detektywa”
5. Pojęcia geometryczne	5. Pojęcia geometryczne
Uczeń: • rozpoznaje figury geometryczne: trójkąt, koło, kwadrat, prostokąt • posługuje się jednostkami długości: centymetr, milimetr • mierzy linijką długość odcinków i podaje wynik pomiaru • rozumie, że $1\text{ cm} = 10\text{ mm}$	Uczeń: • rozpoznaje figury geometryczne: trójkąt, koło, kwadrat, prostokąt • posługuje się jednostkami długości: centymetr, milimetr • mierzy linijką długość odcinków i podaje wynik pomiaru • rozumie, że $1\text{ cm} = 10\text{ mm}$ • dostrzega symetrię w środowisku przyrodniczym, sztuce użytkowej i wytworach człowieka • rozpoznaje figury osiowosymetryczne
6. Stosowanie matematyki w sytuacjach życiowych	6. Stosowanie matematyki w sytuacjach życiowych
Uczeń: • określa wzajemne położenie przedmiotów na płaszczyźnie • rozróżnia nominały na monetach • wykonuje proste obliczenia pieniężne • zna i wymienia nazwy dni tygodnia	Uczeń: • określa wzajemne położenie przedmiotów na płaszczyźnie • rozróżnia nominały na monetach • wykonuje proste obliczenia pieniężne • zna i wymienia nazwy dni tygodnia

- wykonuje proste obliczenia kalendarzowe - zna nazwy miesięcy i pór roku - rozumie cykliczne następstwo czasu kalendarzowego - rozumie, do czego służą pieniądze, co to jest gotówka, jak się rozmienia pieniądze, jak się robi zakupy, co to jest reszta - wykonuje proste zadania związane z kodowaniem i odkodowywaniem informacji	- wykonuje proste obliczenia kalendarzowe - zna nazwy miesięcy i pór roku - rozumie cykliczne następstwo czasu kalendarzowego - odczytuje godziny na zegarze - posługuje się jednostkami czasu (godzina) - wykonuje proste obliczenia zegarowe - posługuje się jednostkami masy (kilogram) - wykonuje proste obliczenia wagowe - posługuje się jednostkami pojemności (litr) - wykonuje proste obliczenia związane z pojemnością - mierzy i odczytuje temperaturę, wskazuje najwyższą lub najniższą temperaturę - rozumie, do czego służą pieniądze, co to jest gotówka, jak się rozmienia pieniądze, jak się robi zakupy, co to jest reszta, dlaczego ludzie pracują, co to jest potrzeba, co można oszczędzać, co można robić w banku - wykonuje proste zadania związane z kodowaniem i odkodowywaniem informacji - rozwiązuje proste łamigłówki matematyczne
III. Edukacja społeczna	III. Edukacja społeczna
1. Rozumienie środowiska społecznego	1. Rozumienie środowiska społecznego
Uczeń: - zna reguły postępowania w grupach społecznych, do których należy - ocenia swoje postępowanie i innych osób, odnosząc się do poznanych wartości - przestrzega norm postępowania i obowiązków wynikających z roli ucznia - współpracując zgodnie z ustalonymi zasadami - identyfikuje się z grupą społeczną, do której należy: rodzina, klasa w szkole, naród - współpracuje w grupie	Uczeń: - zna reguły postępowania w grupach społecznych, do których należy - ocenia swoje postępowanie i innych osób, odnosząc się do poznanych wartości - przestrzega norm postępowania i obowiązków wynikających z roli ucznia - współpracując zgodnie z ustalonymi zasadami - identyfikuje się z grupą społeczną, do której należy: rodzina, klasa w szkole, naród - współpracuje w grupie

• przestrzega ustalonych zasad podczas zabaw i gier • wie, dlaczego warto pomagać osobom potrzebującym • rozwija swoją samodzielność (np. pakowanie plecaka do szkoły, dbanie o swój pokój, ubieranie się odpowiednio do pogody, przygotowanie zdrowej kanapki, nakrywanie do stołu) • twórczo rozwiązuje problemy, stosuje elementy myślenia krytycznego – ocenia sytuację oraz przyczyny i skutki, np. zachowania	• wykonuje w zespołach parce projektowe • przestrzega ustalonych zasad podczas zabaw i gier • wie, dlaczego warto pomagać osobom potrzebującym • rozwija swoją samodzielność (np. pakowanie plecaka do szkoły, dbanie o swój pokój, ubieranie się odpowiednio do pogody, przygotowanie zdrowej kanapki, nakrywanie do stołu, planowanie zajęć, opieka nad zwierzętami domowymi) • twórczo rozwiązuje problemy, stosuje elementy myślenia krytycznego – ocenia sytuację oraz przyczyny i skutki, np. zachowania • przyjmuje wskazówki pomocne w skutecznym uczeniu się oraz poszukuje własnych metod zapamiętywania
2. Orientacja w czasie historycznym	2. Orientacja w czasie historycznym
Uczeń: • zna i szanuje wybrane zwyczaje i tradycje polskie (np. związane ze świętami)	Uczeń: • zna i szanuje wybrane zwyczaje i tradycje polskie (np. związane ze świętami, powitaniem wiosny) • rozpoznaje godło, barwy narodowe, hymn państwowy
IV. Edukacja przyrodnicza	IV. Edukacja przyrodnicza
1. Rozumienie środowiska przyrodniczego	2. Rozumienie środowiska przyrodniczego
Uczeń: • wypowiada się na temat tego, jak rośliny i zwierzęta reagują na pogodę i zmiany pór roku • rozpoznaje w swoim otoczeniu popularne gatunki roślin i zwierząt, w tym zwierząt hodowlanych, a także gatunki objęte ochroną • zna nazwy ptaków odlatujących na zimę i zimujących w Polsce • obserwuje pogodę i zna jej elementy • prowadzi proste obserwacje przyrodnicze • zna zimowe zjawiska przyrodnicze (śnieg, mróz, szron, lód)	Uczeń: • wypowiada się na temat tego, jak rośliny i zwierzęta reagują na pogodę i zmiany pór roku • rozpoznaje w swoim otoczeniu popularne gatunki roślin i zwierząt, w tym zwierząt hodowlanych, a także gatunki objęte ochroną • zna nazwy ptaków odlatujących na zimę i zimujących w Polsce • obserwuje pogodę i zna jej elementy • prowadzi proste obserwacje przyrodnicze i eksperymenty • zna zimowe zjawiska przyrodnicze (śnieg, mróz, szron, lód)

	• rozpoznaje w otoczeniu popularne owady • rozpoznaje zwiastuny wiosny • rozpoznaje i wyróżnia cechy ekosystemów (rzeka) • chroni przyrodę • wie, w jaki sposób należy opiekować się zwierzętami domowymi • rozróżnia krajobrazy Polski • segreguje odpady
3. Funkcje życiowe człowieka, ochrona zdrowia, bezpieczeństwo i odpoczynek Uczeń: • odróżnia znaki ewakuacyjne od drogowych • rozpoznaje najważniejsze znaki ewakuacyjne i drogowe • zna omawiane zawody użyteczności publicznej rolnik, dietetyk, ogrodnik, weterynarz, leśnik, szewc • potrafi wymienić pięć zmysłów: wzrok, słuch, dotyk, smak, węch; wie, do czego ludziom służą zmysły • wie, na czym polega zdrowe odżywianie • wie, jak i w jakim celu trzeba dbać o swoje ciało i zdrowie • wskazuje ubiory odpowiednie do stanu pogody • rozwija swoją uważność, koncentrację na wykonaniu zadania	4. Funkcje życiowe człowieka, ochrona zdrowia, bezpieczeństwo i odpoczynek Uczeń: • odróżnia znaki ewakuacyjne od drogowych • rozpoznaje najważniejsze znaki ewakuacyjne i drogowe • zna omawiane zawody użyteczności publicznej (policjant, strażak, lekarz, ratownik medyczny, rolnik, dietetyk, ogrodnik, weterynarz, leśnik, szewc, zegarmistrz, astronom, ratownik GOPR) • potrafi wymienić pięć zmysłów: wzrok, słuch, dotyk, smak, węch; wie, do czego ludziom służą zmysły • wie, na czym polega zdrowe odżywianie • wie, jak i w jakim celu trzeba dbać o swoje ciało i zdrowie • wskazuje ubiory odpowiednie do stanu pogody • zna europejski numer alarmowy 112 oraz numery alarmowe w Polsce (policja, pogotowie ratunkowe, straż pożarna) • wie, jak zachować bezpieczeństwo np. w górach, nad wodą • wykonuje polecenia zachęcające do aktywnego działania na rzecz przyrody • rozwija swoją uważność, koncentrację na wykonaniu zadania

5. Rozumienie przestrzeni geograficznej	6. Rozumienie przestrzeni geograficznej
Uczeń: określa położenie i warunki naturalne swojej miejscowości oraz okolicy	Uczeń: - określa położenie i warunki naturalne swojej miejscowości oraz okolicy - odczytuje podstawowe informacje z mapy Polski - wymienia nazwę stolicy Polski i wyjaśnia znaczenie stolicy dla całego kraju - wymienia nazwy największych miast Polski - wymienia nazwy kilku parków narodowych Polski oraz wie, co jest w nich charakterystycznego - przedstawia charakterystyczne dyscypliny sportowe
V. Edukacja plastyczna	V. Edukacja plastyczna
1. Percepcja wizualna, obserwacje i doświadczenia	1. Percepcja wizualna, obserwacje i doświadczenia
Uczeń: - wyróżnia w pracach plastycznych charakterystyczne i indywidualne cechy ludzi w zależności od wieku i płci, typu budowy - określa cechy charakterystyczne zwierząt, różnice w budowę, ubarwieniu, sposobach poruszania się - rozdziela barwy - wie, że są różne rodzaje farb	Uczeń: - wyróżnia w pracach plastycznych charakterystyczne i indywidualne cechy ludzi w zależności od wieku i płci, typu budowy - określa cechy charakterystyczne zwierząt, różnice w budowę, ubarwieniu, sposobach poruszania się - rozdziela barwy - wie, że są różne rodzaje farb
2. Działalność ekspresji twórczej	2. Działalność ekspresji twórczej
Uczeń: - wykonuje prace plastyczne na podany temat - rysuje kredką, ołówkiem, mazakiem - maluje farbami, używając pędzli - wydziera, wycina, składa, przylepia, wykorzystując np. kolorowy papier - lepi z plasteliny - projektuje prace przestrzenne - estetycznie wykonuje prace plastyczne	Uczeń: - wykonuje prace plastyczne na podany temat - rysuje kredką, ołówkiem, mazakiem - maluje farbami, używając pędzli - wydziera, wycina, składa, przylepia, wykorzystując np. kolorowy papier, wełnę, różne tkaniny - lepi z plasteliny - projektuje prace przestrzenne - estetycznie wykonuje prace plastyczne

	wykonuje ilustracje do tekstów, np. wierszy
3. Recepja sztuk pięknych	3. Recepja sztuk pięknych
Uczeń: zapoznaje się z wybranymi obrazami, rzeźbami i architekturą jako odbiorca sztuki	Uczeń: zapoznaje się z wybranymi obrazami, rzeźbami i architekturą jako odbiorca sztuki
VI. Edukacja techniczna	VI. Edukacja techniczna
1. Organizacja pracy	1. Organizacja pracy
Uczeń: - planuje i realizuje własne projekty i prace - zachowuje ład i porządek w miejscu pracy - współdziała w grupie podczas planowania i realizacji projektów oraz prac technicznych - zawsze przestrzega zasad bezpieczeństwa w miejscu pracy	Uczeń: - planuje i realizuje własne projekty i prace - zachowuje ład i porządek w miejscu pracy - współdziała w grupie podczas planowania i realizacji projektów oraz prac technicznych - zawsze przestrzega zasad bezpieczeństwa w miejscu pracy
2. Znajomość informacji technicznej, materiałów i technologii wytwarzania	2. Znajomość informacji technicznej, materiałów i technologii wytwarzania
Uczeń: - wykonuje przedmioty użytkowe z zastosowaniem połączeń rozłącznych i nierozłącznych - samodzielnie wykonuje pracę techniczną według instrukcji obrazkowej	Uczeń: - wykonuje przedmioty użytkowe lub dekoracyjne z zastosowaniem połączeń rozłącznych i nierozłącznych - samodzielnie wykonuje pracę techniczną według instrukcji słowno-obrazkowej
3. Stosowanie narzędzi i obsługa urządzeń technicznych	3. Stosowanie narzędzi i obsługa urządzeń technicznych
Uczeń: bezpiecznie posługuje się prostymi narzędziami pomiarowymi oraz urządzeniami gospodarstwa domowego	Uczeń: bezpiecznie posługuje się prostymi narzędziami pomiarowymi oraz urządzeniami gospodarstwa domowego

VII. Edukacja muzyczna	VII. Edukacja muzyczna
1. Słuchanie muzyki	1. Słuchanie muzyki
Uczeń: • rozwija aktywność słuchową, np. rozpoznając dźwięki z otoczenia, przyrody • aktywnie słucha muzyki • poprawnie rozróżnia na podstawie słuchanego utworu muzykę, np.: smutną, wesołą, skoczną • rozróżnia kierunek melodii (wznoszący, opadający)	Uczeń: • rozwija aktywność słuchową, np. rozpoznając dźwięki z otoczenia, przyrody • aktywnie słucha muzyki • poprawnie rozróżnia na podstawie słuchanego utworu muzykę, np.: smutną / wesołą, energiczną / spokojną, marszową / usypiającą • rozróżnia kierunek melodii (wznoszący, opadający)
2. Ekspresja muzyczna. Śpiew	2. Ekspresja muzyczna. Śpiew
Uczeń: • chętnie śpiewa solo i w grupie poznane piosenki • dobiera do rysunku dźwięki wydobywane głosem	Uczeń: • chętnie śpiewa solo i w grupie poznane piosenki • dobiera do rysunku dźwięki wydobywane głosem • śpiewa wybrane piosenki ludowe • śpiewa piosenki podczas zabawy, nauki, uroczystości szkolnych, świąt, w tym świąt narodowych
3. Improwizacja ruchowa, rytmika i taniec	3. Improwizacja ruchowa, rytmika i taniec
Uczeń: • wykonuje układy ruchowe do utworów • uczestniczy w zabawach ruchowych do muzyki	Uczeń: • wykonuje układy ruchowe do utworów • uczestniczy w zabawach ruchowych do muzyki • tworzy improwizacje ruchowe inspirowane wyliczankami, rymowanekami i rytmizowanymi tekstami
4. Gra na instrumentach muzycznych	4. Gra na instrumentach muzycznych
Uczeń: • odtwarza i tworzy rytmy • akompaniuje do utworu • wyróżnia balet jako rodzaj tańca	Uczeń: • odtwarza i tworzy rytmy • akompaniuje do utworu • wyróżnia balet jako rodzaj tańca • rozpoznaje instrumenty muzyczne (trąbka) • wie, czym jest orkiestra

5. Znajomość form zapisu dźwięku	5. Znajomość form zapisu dźwięku
Uczeń: rozdziela gest dźwięku i zna budowę piosenki	Uczeń: rozdziela gestem dźwięku i zna budowę piosenki
VIII. Zajęcia komputerowe	
Umie obsługiwać komputer Uczeń: - posługuje się myszą i klawiaturą; - poprawnie nazywa główne elementy zestawu komputerowego; - posługuje się wybranymi programami i grami edukacyjnymi, rozwijając swoje zainteresowania; korzysta z opcji w programach; - wyszukuje i korzysta z informacji; - przegląda wybrane przez nauczyciela strony internetowe (np. stronę swojej szkoły); - dostrzega elementy aktywne na stronie internetowej, nawiguje po stronach w określonym zakresie; - odtwarza animacje i prezentacje multimedialne: tworzy teksty i rysunki; - wpisuje za pomocą klawiatury litery, cyfry i inne znaki, wyrazy i zdania, - wykonuje rysunki za pomocą wybranego edytora grafiki, np. z gotowych figur; - zna zagrożenia wynikające z korzystania z komputera, Internetu i multimedii; - wie, że praca przy komputerze męczy wzrok, nadwyręża kręgosłup, ogranicza kontakty społeczne; - ma wiadomość niebezpieczeństw wynikających z anonimowości kontaktów i podawania swojego adresu; stosuje się do ograniczeń dotyczących korzystania z komputera, Internetu i multimedii.	Umie obsługiwać komputer Uczeń: - posługuje się myszą i klawiaturą; - poprawnie nazywa główne elementy zestawu komputerowego; - posługuje się wybranymi programami i grami edukacyjnymi, rozwijając swoje zainteresowania; korzysta z opcji w programach; - wyszukuje i korzysta z informacji; - przegląda wybrane przez nauczyciela strony internetowe (np. stronę swojej szkoły); - dostrzega elementy aktywne na stronie internetowej, nawiguje po stronach w określonym zakresie; - odtwarza animacje i prezentacje multimedialne: tworzy teksty i rysunki; - wpisuje za pomocą klawiatury litery, cyfry i inne znaki, wyrazy i zdania, - wykonuje rysunki za pomocą wybranego edytora grafiki, np. z gotowych figur; - zna zagrożenia wynikające z korzystania z komputera, Internetu i multimedii; - wie, że praca przy komputerze męczy wzrok, nadwyręża kręgosłup, ogranicza kontakty społeczne; - ma wiadomość niebezpieczeństw wynikających z anonimowości kontaktów i podawania swojego adresu; stosuje się do ograniczeń dotyczących korzystania z komputera, Internetu i multimedii.

IX. Wychowanie fizyczne

W zakresie sprawności fizycznej**Uczeń:**

- realizuje marszobiegi trwający co najmniej 15 minut;
- umie wykonać próbę siły mięśni brzucha oraz próbę gibkości dolnego odcinka kręgosłupa;
- przyjmuje pozycje wyjściowe i ustawienia do ćwiczeń;
- wspina się na niskie wysokości;
- skacze przez skakankę, wykonuje przeskoki jednonóż i obunóż nad niskimi przeszkodami,
- wykonuje ćwiczenia równoważne bez przyboru, z przyborem i na przyrządzie.

W zakresie zabaw i gier ruchowych, zespołowych oraz rekreacyjnych**Uczeń:**

- wykonuje ćwiczenia rytmiczne przy muzyce;
- posługuje się piłką: rzuca, chwyta, kozłuje, odbija i prowadzi ją;
- jeździ np. na rowerze, wrotkach; przestrzega zasad poruszania się po drogach;
- bierze udział w zabawach, mini grach i grach terenowych, zawodach sportowych, respektując reguły i podporządkowując się decyzjom sędziego;
- wie, jak należy zachować się w sytuacjach zwycięstwa i radzi sobie z porażkami w miarę swoich możliwości.

W zakresie profilaktyki zdrowia i bezpieczeństwa**Uczeń:**

- dba o higienę osobistą i czystość odzieży;
- wie, jakie znaczenie dla zdrowia ma właściwe odżywianie się oraz aktywność fizyczna;
- wie, że nie może samodzielnie zażywać leków i stosować środków chemicznych niezgodnie z przeznaczeniem;
- dba o prawidłową postawę, np. siedząc w ławce, przy stole;

W zakresie sprawności fizycznej**Uczeń:**

- realizuje marszobiegi trwający co najmniej 15 minut;
- umie wykonać próbę siły mięśni brzucha oraz próbę gibkości dolnego odcinka kręgosłupa;
- przyjmuje pozycje wyjściowe i ustawienia do ćwiczeń;
- wspina się na niskie wysokości;
- skacze przez skakankę, wykonuje przeskoki jednonóż i obunóż nad niskimi przeszkodami,
- wykonuje ćwiczenia równoważne bez przyboru, z przyborem i na przyrządzie.

W zakresie zabaw i gier ruchowych, zespołowych oraz rekreacyjnych**Uczeń:**

- wykonuje ćwiczenia rytmiczne przy muzyce;
- posługuje się piłką: rzuca, chwyta, kozłuje, odbija i prowadzi ją,
- jeździ np. na rowerze, wrotkach; przestrzega zasad poruszania się po drogach,
- bierze udział w zabawach, mini grach i grach terenowych, zawodach sportowych, respektując reguły i podporządkowując się decyzjom sędziego;
- wie, jak należy zachować się w sytuacjach zwycięstwa i radzi sobie z porażkami w miarę swoich możliwości.

W zakresie profilaktyki zdrowia i bezpieczeństwa**Uczeń:**

- dba o higienę osobistą i czystość odzieży;
- wie, jakie znaczenie dla zdrowia ma właściwe odżywianie się oraz aktywność fizyczna;
- wie, że nie może samodzielnie zażywać leków i stosować środków chemicznych niezgodnie z przeznaczeniem;
- dba o prawidłową postawę, np. siedząc w ławce, przy stole;

- przestrzega zasad bezpiecznego zachowania się w trakcie zajęć ruchowych; posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem;
- potrafi wybrać bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych; wie, do kogo zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.

- przestrzega zasad bezpiecznego zachowania się w trakcie zajęć ruchowych; posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem;
- potrafi wybrać bezpieczne miejsce do zabaw i gier ruchowych; wie, do kogo zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia.