**KLASA 3**

**EDUKACJA POLONISTYCZNA**

1. **Osiągnięcia w zakresie słuchania.** Uczeń:

* słucha z uwagą wypowiedzi nauczyciela, innych osób z otoczenia, w rożnych sytuacjach życiowych, wymagających komunikacji i wzajemnego zrozumienia;
* okazuje szacunek wypowiadającej się osobie;
* wykonuje zadanie według usłyszanej instrukcji;
* zadaje pytania w sytuacji braku rozumienia lub braku pewności zrozumienia słuchanej wypowiedzi;
* słucha z uwagą lektur i innych tekstów czytanych przez nauczyciela, uczniów i inne osoby;
* słucha uważnie wypowiedzi osób podczas uroczystości, koncertów, przedstawień, świąt narodowych i innych zdarzeń kulturalnych;
* przejawia zachowanie adekwatne do sytuacji;
* słucha i czeka na swoją kolej,
* panuje nad chęcią nagłego wypowiadania się.

1. **Osiągnięcia w zakresie mówienia**. Uczeń:

* wypowiada się płynnie, wyraziście, stosując adekwatne do sytuacji techniki języka mówionego: pauzy, zmianę intonacji, tempa i siły głosu;
* formułuje pytania dotyczące sytuacji zadaniowych, wypowiedzi ustnych nauczyciela, uczniów lub innych osób z otoczenia;
* wypowiada się w formie uporządkowanej i rozwiniętej na tematy związane z przeżyciami, zadaniem, sytuacjami szkolnymi, lekturą czy wydarzeniem kulturalnym;
* porządkuje swoją wypowiedź, poprawia w niej błędy, omawia treść przeczytanych tekstów i ilustracji; nadaje znaczenie i tytuł obrazom, a także fragmentom tekstów;
* układa w formie ustnej opowiadanie oraz składa ustne sprawozdanie z wykonanej pracy;
* recytuje wiersze oraz wygłasza z pamięci krótkie teksty prozatorskie;
* dobiera stosowną formę komunikacji werbalnej i własnego zachowania, wyrażającą empatię i szacunek do rozmówcy;

1. **Osiągnięcia w zakresie czytania.** Uczeń:

* czyta płynnie, poprawnie i wyraziście na głos teksty zbudowane z wyrazów opracowanych w toku zajęć, dotyczące rzeczywistych doświadczeń dzieci i ich oczekiwań poznawczych;
* czyta w skupieniu po cichu teksty zapisane samodzielnie w zeszycie oraz teksty drukowane;
* wyodrębnia postacie i zdarzenia w utworach literackich,
* ustala kolejność zdarzeń, ich wzajemną zależność, odróżnia zdarzenia istotne od mniej istotnych, postacie główne i drugorzędne;
* wskazuje cechy i ocenia bohaterów, uzasadnia swą ocenę, wskazuje wydarzenie zmieniające postępowanie bohatera, określa nastrój w utworze; odróżnia elementy świata fikcji od realnej rzeczywistości; byty rzeczywiste od medialnych, byty realistyczne od fikcyjnych;
* wyszukuje w tekstach fragmenty według niego najpiękniejsze, najważniejsze, trudne do zrozumienia lub określone przez nauczyciela;
* eksperymentuje, przekształca tekst, układa opowiadania twórcze, np. dalsze losy bohatera, komponuje początek i za-kończenie tekstu na podstawie ilustracji lub przeczytanego fragmentu utworu;
* wyróżnia w czytanych utworach literackich dialog, opowiadanie, opis;
* czyta samodzielnie wybrane książki.

1. **Osiągnięcia w zakresie pisania.** Uczeń:

* pisze odręcznie, czytelnie, płynnie, zdania i tekst ciągły, w jednej linii;
* rozmieszcza właściwie tekst na stronie zeszytu,
* sprawdza i poprawia napisany tekst;
* układa i zapisuje opowiadanie złożone z 6–10 poprawnych wypowiedzeń w ramach zagadnień opracowanych podczas zajęć;
* opisuje np. osobę, przedmiot, element świata przyrody na podstawie własnych obserwacji lub lektury;
* pisze notatkę, życzenie, ogłoszenie, zaproszenie, podziękowanie, list; zapisuje adres nadawcy i odbiorcy; pisze krótkie teksty, wykorzystując aplikacje komputerowe;
* pisze z pamięci i ze słuchu; przestrzega poprawności ortograficznej w wyrazach poznanych i opracowanych podczas zajęć;
* stosuje poprawnie znaki interpunkcyjne na końcu zdania i przecinki przy wyliczaniu, zapisuje poznane i najczęściej stosowane skróty, w tym skróty matematyczne;
* porządkuje wyrazy w kolejności alfabetycznej według pierwszej i drugiej litery;
* zapisuje poprawnie liczebniki;
* stosuje poprawną wielkość liter w zapisie tytułów utworów, książek, poznanych nazw geograficznych, imion i nazwisk;
* układa i zapisuje zdarzenia we właściwej kolejności, układa i zapisuje plan wypowiedzi.

1. **Osiągnięcia w zakresie kształcenia językowego.** Uczeń:

* wyróżnia w wypowiedziach zdania, w zdaniach wyrazy, w wyrazach samogłoski i spółgłoski;
* rozpoznaje zdania oznajmujące, pytające, rozkazujące w wypowiedziach ustnych i pisemnych;
* przekształca zdania oznajmujące w pytania i odwrotnie oraz zdania pojedyncze w złożone;
* rozróżnia rzeczowniki, czasowniki, przymiotniki i stosuje je w poprawnej formie;
* rozpoznaje wyrazy o znaczeniu przeciwnym, wyrazy pokrewne i o znaczeniu bliskoznacznym;
* łączy wyrazy w wypowiedzenia i poprawnie formułuje zdanie pojedyncze i zdanie złożone;
* odróżnia i nazywa utwory wierszowane od pisanych prozą,
* określa, który tekst jest notatką, zagadką, listem, życzeniem, podziękowaniem, ogłoszeniem, opowiadaniem, opisem.

**Osiągnięcia w zakresie samokształcenia.** Uczeń:

* podejmuje próby zapisu nowych, samodzielnie poznanych wyrazów i sprawdza poprawność ich zapisu, korzystając ze słownika ortograficznego;
* korzysta z rożnych źródeł informacji, np. czasopism dla dzieci, słowników i encyklopedii czy zasobów internetu i rozwija swoje zainteresowania;
* wykorzystuje nabyte umiejętności do rozwiązywania problemów, dbając o własny rozwój i tworząc indywidualne strategie uczenia się.

**EDUKACJA MATEMATYCZNA**

1. **Osiągnięcia w zakresie rozumienia stosunków przestrzennych i cech wielkościowych.** Uczeń:

* określa i prezentuje wzajemne położenie przedmiotów na płaszczyźnie i w przestrzeni;
* określa i prezentuje kierunek ruchu przedmiotów oraz osób;
* określa położenie przedmiotu na prawo / na lewo od osoby widzianej z przodu (także przedstawionej na fotografii czy obrazku);
* porównuje przedmioty pod względem wyróżnionej cechy wielkościowej np. długości czy masy dokonuje klasyfikacji przedmiotów;
* posługuje się pojęciami: *pion, poziom, skos*.

1. **Osiągnięcia w zakresie rozumienia liczb i ich własności.** Uczeń:

* liczy (w przód i wstecz) od podanej liczby po 1, po 2, po 10 itp.;
* odczytuje i zapisuje za pomocą cyfr, liczby od zera do tysiąca oraz wybrane liczby do miliona (np. 1 500, 10 000, 800 000);
* wyjaśnia znaczenie cyfr w zapisie liczby; wskazuje jedności, dziesiątki, setki itd.,
* określa kolejność, posługując się liczbą porządkową;
* porównuje liczby; porządkuje liczby od najmniejszej do największej i odwrotnie;
* rozumie sformułowania typu: *liczba o 7 większa, liczba o 10 mniejsz*a;
* stosuje znaki: *<, =, >.*

1. **Osiągnięcia w zakresie posługiwania się liczbami.** Uczeń:

* wyjaśnia istotę działań matematycznych – dodawania, odejmowania, mnożenia, dzielenia oraz związki między nimi;
* korzysta intuicyjnie z własności działań;
* dodaje do podanej liczby w pamięci i od podanej liczby odejmuje w pamięci: liczbę jednocyfrową, liczbę 10, liczbę 100 oraz wielokrotności 10 i 100 (w prostszych przykładach);
* mnoży i dzieli w pamięci w zakresie tabliczki mnożenia; mnoży w pamięci przez 10 liczby mniejsze od 20;
* rozwiązuje równania z niewiadomą zapisaną w postaci okienka (uzupełnia okienko);
* stosuje własne strategie, wykonując obliczenia;
* posługuje się znakiem równości i znakami czterech podstawowych działań;
* dodaje i odejmuje liczby dwucyfrowe, zapisując w razie potrzeby cząstkowe wyniki działań lub, wykonując działania w pamięci, od razu podaje wynik;
* oblicza sumy i różnice większych liczb w prostych przykładach typu: 250 + 50, 180 – 30;
* mnoży liczby dwucyfrowe przez 2, zapisując, jeśli ma taką potrzebę, cząstkowe wyniki działań; podczas obliczeń stosuje własne strategie.

1. **Osiągnięcia w zakresie czytania tekstów matematycznych.** Uczeń:

* analizuje i rozwiązuje zadania tekstowe proste i wybrane złożone;
* dostrzega problem matematyczny oraz tworzy własną strategię jego rozwiązania,
* opisuje rozwiązanie za pomocą działań, równości z okienkiem, rysunku lub w inny wybrany przez siebie sposób;
* układa zadania i je rozwiązuje,
* tworzy łamigłówki matematyczne, wykorzystuje w tym procesie własną aktywność artystyczną, techniczną, konstrukcyjną.

1. **Osiągnięcia w zakresie rozumienia pojęć geometrycznych.** Uczeń:

* rozpoznaje – w naturalnym otoczeniu i na rysunkach – figury geometryczne: prostokąt, kwadrat, trójkąt, koło; wyodrębnia te figury spośród innych figur;
* kreśli przy linijce odcinki i łamane;
* rysuje odręcznie prostokąty (w tym kwadraty), wykorzystując sieć kwadratową;
* mierzy długości odcinków, boków figur geometrycznych itp.; podaje wynik pomiaru,
* posługując się jednostkami długości: *centymetr, metr, milimetr*; wyjaśnia związki między jednostkami długości;
* posługuje się wyrażeniami dwumianowanymi;wyjaśnia pojęcie *kilometr*;
* mierzy obwody różnych figur za pomocą narzędzi pomiarowych, także w kontekstach z życia codziennego;
* oblicza obwód trójkąta i prostokąta (w tym także kwadratu) o danych bokach;
* dostrzega symetrię w środowisku przyrodniczym, w sztuce użytkowej .

1. **Osiągnięcia w zakresie stosowania matematyki w sytuacjach życiowych oraz w innych obszarach edukacji.** Uczeń:

* klasyfikuje obiekty i różne elementy środowiska społeczno-przyrodniczego z uwagi na wyodrębnione cechy;
* dostrzega rytm w środowisku przyrodniczym, sztuce użytkowej i innych wytworach człowieka, obecnych w środowisku dziecka;
* dzieli na dwie i cztery równe części, np. kartkę papieru, czekoladę; używa pojęć: *połowa, dwa i pół, cztery równe części,* *czwarta część* lub *ćwierć*;
* wykonuje obliczenia pieniężne; zamienia złote na grosze i odwrotnie, rozróżnia nominały na monetach i banknotach, wskazuje różnice w ich sile nabywczej;
* odczytuje godziny na zegarze ze wskazówkami oraz elektronicznym (wyświetlającym cyfry w systemie 24-godzinnym);
* wykonuje proste obliczenia dotyczące czasu; posługuje się jednostkami czasu: *doba, godzina, minuta*, *sekunda*;
* zapisuje daty np. swojego urodzenia lub datę bieżącą;
* posługuje się kalendarzem;
* odczytuje oraz zapisuje znaki rzymskie do XII;
* mierzy temperaturę za pomocą termometru oraz odczytuje ją;
* waży; używa określeń: *kilogram, dekagram, gram, tona*; zna zależności między tymi jednostkami;
* odmierza płyny; używa określeń: *litr, pół litra, ćwierć litra*;
* wykorzystuje warcaby, szachy i inne gry planszowe lub logiczne do rozwijania umiejętności myślenia strategicznego, logicznego, rozumienia zasad itd.;
* przekształca gry, tworząc własne strategie i zasady organizacyjne;
* wykorzystuje nabyte umiejętności do rozwiązywania problemów, działań twórczych, dbając o własny rozwój i tworząc indywidualne strategie uczenia się.

**EDUKACJA SPOŁECZNA**

1. **Osiągnięcia w zakresie rozumienia środowiska przyrodniczego.**
2. Uczeń:

* rozpoznaje w swoim otoczeniu popularne gatunki roślin i zwierząt, w tym zwierząt hodowlanych, a także gatunki objęte ochroną;
* rozpoznaje i wyróżnia cechy ekosystemów, takich jak: łąka, jezioro, rzeka, morze, pole, staw, las, las gospodarczy;
* rozpoznaje wybrane zwierzęta i rośliny, których w naturalnych warunkach nie spotyka się w polskim środowisku przyrodniczym;
* odszukuje w różnych dostępnych zasobach, w tym internetowych, informacje dotyczące środowiska przyrodniczego, potrzebne do wykonania zadania, ćwiczenia;
* prowadzi proste hodowle roślin,
* przedstawia zasady opieki nad zwierzętami, domowymi, hodowlanymi i innymi;
* planuje, wykonuje proste obserwacje, doświadczenia i eksperymenty dotyczące obiektów i zjawisk przyrodniczych, tworzy notatki z obserwacji, wyjaśnia istotę obserwowanych zjawisk według procesu przyczynowo-skutkowego i czasowego;
* chroni przyrodę, wskazuje wybrane miejsca ochrony przyrody oraz parki narodowe, pomniki przyrody w najbliższym otoczeniu – miejscowości, regionie;
* segreguje odpady i ma świadomość przyczyn i skutków takiego postępowania.

1. **Osiągnięcia w zakresie funkcji życiowych człowieka, ochrony zdrowia, bezpieczeństwa i odpoczynku.** Uczeń:

* przedstawia charakterystykę wybranych zajęć i zawodów ludzi znanych z miejscem zamieszkania oraz zawodów użyteczności publicznej: nauczyciel, żołnierz, policjant, strażak, lekarz, pielęgniarz czy leśnik, a ponadto rozumie istotę pracy w służbach mundurowych i medycznych;
* posługuje się numerami telefonów alarmowych, formułuje komunikat – wezwanie o pomoc: policji, pogotowia ratunkowego, straży pożarnej;
* posługuje się danymi osobowymi w kontakcie ze służbami mundurowymi i medycznymi, w sytuacji zagrożenia zdrowia i życia;
* dba o higienę oraz estetykę własną i otoczenia;
* reaguje stosownym zachowaniem w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa, zdrowia jego lub innej osoby;
* wymienia wartości odżywcze produktów żywnościowych;
* ma świadomość znaczenia odpowiedniej diety dla utrzymania zdrowia, ogranicza spożywanie posiłków o niskich wartościach odżywczych i niezdrowych,
* zachowuje umiar w spożywaniu produktów słodzonych, zna konsekwencje zjadania ich w nadmiarze;
* przygotowuje posiłki służące utrzymaniu zdrowia;
* ubiera się odpowiednio do stanu pogody,
* poszukuje informacji na temat pogody, wykorzystując np. internet;
* rozróżnia podstawowe znaki drogowe, stosuje przepisy bezpieczeństwa w ruchu drogowym i miejscach publicznych;
* przestrzega zasad zachowania się w środkach publicznego transportu zbiorowego;
* stosuje się do zasad bezpieczeństwa w szkole, odnajduje drogę ewakuacyjną, rozpoznaje znaki i symbole informujące o różnych rodzajach niebezpieczeństw oraz zachowuje się zgodnie z informacją w nich zawartą; stosuje zasady bezpiecznej zabawy w różnych warunkach i porach roku;
* ma świadomość istnienia zagrożeń ze środowiska naturalnego, np. nagła zmiana pogody, huragan, ulewne deszcze, burza, susza oraz ich następstwa: powódź, pożar, piorun; określa odpowiednie sposoby zachowania się człowieka w takich sytuacjach;
* ma świadomość obecności nieprawdziwych informacji, np. w przestrzeni wirtualnej, publicznej; sprawdza informacje, zadając pytania nauczycielowi, rodzicom, policjantowi;
* stosuje zasady bezpieczeństwa podczas korzystania z urządzeń cyfrowych, rozumie i respektuje ograniczenia związane z czasem pracy z takimi urządzeniami, oraz stosuje zasady netykiety;
* ma świadomość, iż nieodpowiedzialne korzystanie z technologii ma wpływ na utratę zdrowia człowieka;
* ma świadomość pozytywnego znaczenia technologii w życiu człowieka.

1. **Osiągnięcia w zakresie rozumienia przestrzeni geograficznej.** Uczeń:

* określa położenie i warunki naturalne swojej miejscowości oraz okolicy,
* opisuje charakterystyczne formy terenu, składniki przyrody, charakterystyczne miejsca, np. miejsca pamięci narodowej, najważniejsze zakłady pracy, w tym ważniejsze przedsiębiorstwa produkcyjne i usługowe, interesujące zabytki, pomniki, tereny rekreacyjne, parki krajobrazowe, parki narodowe;
* wskazuje na mapie fizycznej Polski jej granice, główne miasta, rzeki, nazwy krain geograficznych;
* czyta proste plany,
* wskazuje kierunki główne na mapie,
* wymienia nazwę stolicy Polski i charakterystyczne obiekty, wyjaśnia znaczenie stolicy dla całego kraju, wskazuje na mapie jej położenie;
* przedstawia charakterystyczne dla Polski dyscypliny sportowe, gospodarcze lub inne np. artystyczną działalność człowieka, w której Polska odnosi sukcesy lub z niej słynie;
* wyznacza kierunki główne w terenie na podstawie cienia, określa, z którego kierunku wieje wiatr, rozpoznaje charakterystyczne rodzaje opadów;
* przedstawia położenie Ziemi w Układzie Słonecznym.

**EDUKACJA PLASTYCZNA**

1. Uczeń:
2. **wyróżnia**
   * wyróżnia
     + - kształty obiektów – nadaje im nazwę i znaczenie, podaje części składowe,
       - wielkości i proporcje, położenie obiektów i elementów złożonych, różnice i podobieństwa w wyglądzie tego samego przedmiotu w zależności od położenia i zmiany stanowiska osoby patrzącej na obiekt,
       - barwę, fakturę,
       - cechy charakterystyczne i indywidualne ludzi w zależności od wieku, płci, typu budowy; cechy charakterystyczne zwierząt, różnice w budowie, kształcie, ubarwieniu, sposobach poruszania się;
   * określa w swoim otoczeniu kompozycje obiektów i zjawisk, np. zamknięte (mozaiki na dywanie, rytmy na przedmiotach użytkowych), otwarte (chmury, papiery ozdobne, pościel, firany), kompozycje o budowie symetrycznej.
3. **Osiągnięcia w zakresie działalności ekspresji twórczej**. Uczeń:

* rysuje kredką, kredą, ołówkiem, patykiem (płaskim i okrągłym), piórem, węglem, mazakiem;
* maluje farbami,
* wydziera, wycina, składa, przylepia, wykorzystując gazetę, papier kolorowy, makulaturę, karton, ścinki tekstylne itp.;
* modeluje (lepi i konstruuje) z gliny, modeliny, plasteliny, mas papierowych i innych, zarówno z materiałów naturalnych i przemysłowych;
* wykonuje prace, modele, rekwizyty, impresje plastyczne potrzebne do aktywności artystycznej i naukowej;
* ilustruje sceny i sytuacje (realne i fantastyczne) inspirowane wyobraźnią, baśnią, opowiadaniem i muzyką; korzysta z narzędzi multimedialnych;
* tworzy przy użyciu prostej aplikacji komputerowej np. plakaty, ulotki i inne wytwory.

1. **Osiągnięcia w zakresie recepcji sztuk plastycznych**. Uczeń:

* nazywa dziedziny sztuk plastycznych, np. malarstwo, rzeźbę, w tym dziedziny sztuki użytkowej np. meblarstwo, tkactwo, ceramikę, hafciarstwo, architekturę, grafikę komputerową;
* rozpoznaje i nazywa podstawowe gatunki dzieł malarskich i graficznych: pejzaż, portret, scena rodzajowa;
* nazywa wybrane przykłady dzieł znanych artystów: malarzy, rzeźbiarzy, architektów z regionu swego pochodzenia lub innych;
* wyjaśnia pojęcia: *oryginał* czy *kopia* obrazu lub rzeźby; *miniatura* obrazu lub rzeźby; *reprodukcja* itp.;
* wskazuje miejsca prezentacji sztuk plastycznych.

**EDUKACJA MUZYCZNA**

1. **Osiągnięcia w zakresie słuchania muzyki**. Uczeń:

* słucha,
* słucha muzyki w połączeniu z aktywnością ruchową, gestami dźwiękotwórczymi: klaskanie, pstrykanie, tupanie, uderzanie o uda itp. oraz z towarzyszeniem prostych opracowań instrumentalnych;
* reaguje na sygnały muzyczne w różnych sytuacjach zadaniowych;
* odróżnia dźwięki muzyki, np. wysokie – niskie, długie – krótkie, ciche – głośne, głosy ludzkie: sopran, bas;
* odróżnia i nazywa wybrane instrumenty muzyczne;
* rozróżnia muzykę wykonywaną przez solistę, chór, orkiestrę;
* rozróżnia na podstawie słuchanego utworu muzykę: smutną, wesołą, skoczną, marszową itp.;
* słucha w skupieniu krótkich utworów muzycznych.

1. **Osiągnięcia w zakresie ekspresji muzycznej. Śpiew.** Uczeń:

* śpiewa różne zestawy głosek, sylaby, wykorzystuje poznane melodie i tworzy własne, naśladuje odgłosy zwierząt;
* nuci poznane melodie, śpiewa piosenki podczas zabawy, nauki, uroczystości szkolnych, świąt, w tym świąt narodowych;
* śpiewa śpiewanki, piosenki i pieśni charakterystyczne dla tradycji i zwyczajów polskich, kilka utworów patriotycznych i historycznych;
* śpiewa, dbając o prawidłową postawę, artykulację i oddech, przy zachowaniu naturalnej skali głosu;
* rozpoznaje i śpiewa hymn Polski,

1. **Improwizacja ruchowa, rytmika i taniec.** Uczeń:

* przedstawia ruchem treść muzyczną (np. dynamikę, nastrój, wysokość dźwięku, tempo) oraz treść poza-muzyczną (np. fabułę, odczucia, przekład znaczeniowy słów);
* interpretuje ruchem schematy rytmiczne;
* tworzy improwizacje ruchowe inspirowane wyliczankami, rymowankami i rytmizowanymi tekstami;
* wykonuje pląsy;
* porusza się i tańczy według utworzonych przez siebie układów ruchowych, z rekwizytem, bez rekwizytu do muzyki i przy muzyce;
* tworzy sekwencje i układy poruszania się do ulubionych przez siebie utworów muzycznych,
* tańczy według układów ruchowych charakterystycznych dla wybranych tańców (w tym integracyjnych, ludowych polskich oraz innych krajów Europy i świata).

1. **Gra na instrumentach muzycznych.** Uczeń:

* gra zadane przez nauczyciela i własne schematy rytmiczne;
* wykonuje tematy rytmiczne wybranych, znanych utworów muzycznych (ludowych, popularnych, dziecięcych, klasycznych, wokalnych, instrumentalnych, polskich i zagranicznych) z użyciem instrumentów perkusyjnych;
* realizuje schematy i tematy rytmiczne, eksperymentuje przy użyciu np. patyczków, pudełek, papieru, butelek;
* wykonuje instrumenty m.in. z materiałów naturalnych i innych oraz wykorzystuje tak powstałe instrumenty do akompaniamentu, realizacji dźwięku podczas zabaw i zadań edukacyjnych, organizacji koncertów i przedstawień teatralnych;
* wykonuje akompaniament do śpiewu, stosuje gesty dźwiękotwórcze (np. tupanie, klaskanie, pstrykanie, uderzanie o uda).

**WYCHOWANIE FIZYCZNE**

1. **Osiągnięcia w zakresie utrzymania higieny osobistej i zdrowia.** Uczeń:

* utrzymuje w czystości ręce i całe ciało,
* przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu;
* dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych odpowiednio na świeżym powietrzu i w pomieszczeniu;
* wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia;
* przygotowuje we właściwych sytuacjach i w odpowiedni sposób swoje ciało do wykonywania ruchu;
* ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń;
* uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej,
* akceptuje sytuację dzieci, które z uwagi na chorobę nie mogą być sprawne w każdej formie ruchu.

1. **Osiągnięcia w zakresie sprawności motorycznych.** Uczeń:

* przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednonóż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty;
* pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega z wysokim unoszeniem kolan, biega w połączeniu ze skokiem, przenoszeniem przyborów np. piłki, pałeczki, z rzutem do celu ruchomego i nieruchomego, bieg w różnym tempie, realizuje marszobieg;
* rzuca i podaje jednorącz, w miejscu i w ruchu, oburącz do przodu, znad głowy, piłką małą i dużą, rzuca małymi przy-borami na odległość i do celu,
* skacze jednonóż i obunóż ze zmianą tempa, kierunku, pozycji ciała,
* skacze w dal dowolnym sposobem,
* skacze przez skakankę,
* wykonuje przeskok zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze;
* wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie,
  + - czworakowanie ze zmianą kierunku i tempa ruchu, wspinanie się, mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, podnoszenie i przenoszenie przyborów;
* wykonuje przewrót w przód z przysiadu podpartego;
* wykonuje ćwiczenia równoważne bez przyboru i z przyborem, np. na ławeczce gimnastycznej;
* samodzielnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.

1. **Osiągnięcia w zakresie różnych form rekreacyjno-sportowych.** Uczeń:

* organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową z wykorzystaniem przyboru lub bez nich;
* zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej koleżanek i kolegów – uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju,
* radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo, np. drużyny przeciwnej, gratuluje drużynie zwycięskiej sukcesu;
* respektuje przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, przepisy ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegaczy i innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa;
* uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek;
* wykonuje prawidłowo elementy charakterystyczne dla gier zespołowych: rzuty i chwyty ringo, podania piłki do partnera jednorącz i oburącz w miejscu lub w ruchu, odbicia piłki, kozłowanie w miejscu i w ruchu, podania piłki w miejscu i w ruchu, prowadzenie piłki, strzał do celu;
* układa zespołowe zabawy ruchowe i w nich uczestniczy, ma świadomość, iż sukces w takiej zabawie odnosi się dzięki sprawności, zaradności i współdziałaniu.