

Wymagania Edukacyjne z Wychowania Fizycznego dla klas I –III na podstawie programu nauczania „Nowy Elementarz Odkrywców” wydawnictwo „Nowa Era”

Na cząstkowe oceny wspomagające składają się następujące elementy pracy ucznia:

- aktywność na zajęciach
- zaangażowanie i wkład w wykonywane ćwiczenia
- samodzielność i kreatywność
- zainteresowanie przedmiotem
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych.

KLASA I

Wymagania na ocenę celującą	Wymagania na ocenę bardzo dobrą	Wymagania na ocenę dobrą	Wymagania na ocenę dostateczną	Wymagania na ocenę dopuszczającą
Osiągnięcia w zakresie utrzymania higieny osobistej i zdrowia				
Uczeń/uczennica uczestniczy w dodatkowych zajęciach sportowych szkolnych i pozaszkolnych; uczestniczy w konkursach lub mitingach sportowych oraz: - Zawsze utrzymuje w czystości całe ciało,	- Zawsze utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Zawsze w odpowiedni sposób przygotowuje	- Zazwyczaj utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Zazwyczaj poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Zazwyczaj w odpowiedni sposób	- Z pomocą utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Z pomocą wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Z pomocą w odpowiedni sposób	- Ze znaczną pomocą utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Wymaga pomocy, by wyjaśnić znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Wymaga znacznej

przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Zawsze w odpowiedni sposób przygotowuje swoje ciało do wykonywania ruchu. - Ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Zawsze uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	swoje ciało do wykonywania ruchu. - Ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Zawsze uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	przygotowuje swoje ciało do wykonywania ruchu. - Ma coraz większą świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Zazwyczaj uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	przygotowuje swoje ciało do wykonywania ruchu. - Wymaga jeszcze przypominania, by wyrobić świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Wymaga przypominania, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	pomocy, by w odpowiedni sposób przygotować swoje ciało do wykonywania ruchu. - Ma problem ze zrozumieniem znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Ma problem z uznaniem, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.
Osiągnięcia w zakresie sprawności motorycznych				
- Bezbłędnie wykonuje polecenia typu: ustawić się w rozsypce, w kolumnie (pojedynczej, podwójnej), utworzyć koło. - Zawsze poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza,	- Bezbłędnie wykonuje polecenia typu: ustawić się w rozsypce, w kolumnie (pojedynczej, podwójnej), utworzyć koło. - Zawsze poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza,	- Zazwyczaj poprawnie wykonuje polecenia typu: ustawić się w rozsypce, w kolumnie (pojedynczej, podwójnej), utworzyć koło. - Zazwyczaj poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń:	- Po naprowadzeniu wykonuje polecenia typu: ustawić się w rozsypce, w kolumnie (pojedynczej, podwójnej), utworzyć koło. - Z niewielką pomocą przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń:	- Wymaga pomocy, by zrozumieć polecenia typu: ustawić się w rozsypce, w kolumnie (pojedynczej, podwójnej), utworzyć koło. - Ze znaczną pomocą przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń:

rozkrok, wykrok, zakrok, stanie na jednej nodze, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Zawsze sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. - Sprawnie wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Sprawnie wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, b) poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, e) podnoszenie i	rozkrok, wykrok, zakrok, stanie na jednej nodze, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Zawsze sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. - Sprawnie wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Sprawnie wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, b) poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i	postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie na jednej nodze, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Zazwyczaj sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. - Zazwyczaj sprawnie wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Zazwyczaj sprawnie wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, b) poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i	postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie na jednej nodze, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Stara się poprawnie pokonywać w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. - Stara się samodzielnie wykonać przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Stara się poprawnie wykonywać ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, b) poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i	postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie na jednej nodze, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Ma problemy z pokonaniem w biegu przeszkód naturalnych i sztucznych, biegiem z wysokim unoszeniem kolana, biegiem w różnym tempie, realizacją marszobiegu. - Tylko z pomocą wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Z pomocą wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, b) poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i
--	--	---	--	---

przenoszenie przyborów. - Sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne. - Poprawnie i samodzielnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.	przenoszenie przyborów. - Sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne. - Poprawnie i samodzielnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.	wysokich, e) podnoszenie i przenoszenie przyborów. - Zazwyczaj sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne. - Zazwyczaj sprawnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.	wysokich, e) podnoszenie i przenoszenie przyborów. - Stara się poprawnie wykonać ćwiczenia równoważne. - Stara się wykonywać ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.	wysokich, e) podnoszenie i przenoszenie przyborów. - Z pomocą wykonuje ćwiczenia równoważne. - Z pomocą wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.
Osiągnięcia w zakresie różnych form rekreacyjno-sportowych				
- Zawsze zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo. - Zawsze respektuje przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, przepisy ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegaczy i	- Zawsze zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo. - Zawsze respektuje przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, przepisy ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegaczy i	- Najczęściej zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo. - Najczęściej respektuje przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, przepisy ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegaczy i	- Stara się zachować powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo. - Stara się respektować przepisy, reguły zabaw i gier ruchowych, przepisy ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegaczy i	- Ma problem z zachowaniem powściągliwości w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektowaniem ich prawa do indywidualnego tempa rozwoju oraz radzeniem sobie w sytuacji przegranej i akceptacji zwycięstwa. - Ma problem z respektowaniem przepisów, reguł zabaw i gier ruchowych, przepisów ruchu

innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa. - Chętnie uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. - Chętnie i prawidłowo wykonuje elementy charakterystyczne dla gier zespołowych.	innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa. - Chętnie uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. - Chętnie i prawidłowo wykonuje elementy charakterystyczne dla gier zespołowych.	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.	innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa. - Stara się uczestniczyć w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. - Stara się wykonywać prawidłowo elementy charakterystyczne dla gier zespołowych.	drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegaczy i innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa. - Niechętnie uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. - Niechętnie wykonuje elementy charakterystyczne dla gier zespołowych.
--	--	--	--	--

KLASA II

Wymagania na ocenę celującą	Wymagania na ocenę bardzo dobrą	Wymagania na ocenę dobrą	Wymagania na ocenę dostateczną	Wymagania na ocenę dopuszczającą
-----------------------------	---------------------------------	--------------------------	--------------------------------	----------------------------------

Osiągnięcia w zakresie utrzymania higieny osobistej i zdrowia

Uczeń/uczennica uczestniczy w dodatkowych zajęciach sportowych szkolnych i pozaszkolnych; uczestniczy w konkursach lub mitingach sportowych oraz: – Zawsze utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. – Zawsze dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. – Poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. – Ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. – Zawsze uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	– Zawsze utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. – Zawsze dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. – Poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. – Ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. – Zawsze uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	– Zazwyczaj utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. – Zazwyczaj dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. – Zazwyczaj poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. – Ma coraz większą świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. – Zazwyczaj uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	– Czasami wymaga przypominania o konieczności utrzymania w czystości swojego ciała, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. – Z pomocą dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. – Z pomocą wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. – Wymaga jeszcze przypominania, by wyrobić sobie świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. – Wymaga przypominania, że każdy człowiek ma inne	– Wymaga przypominania o konieczności utrzymania w czystości swojego ciała, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. – Coraz częściej dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych – odpowiednio na świeżym powietrzu i w pomieszczeniu. – Wymaga pomocy, by wyjaśnić znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. – Ma problem ze zrozumieniem znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. – Ma problem z
--	---	--	--	---

– Zawsze uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.			możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	uznaniem, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.
Osiągnięcia w zakresie sprawności motorycznych				
– Zawsze poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń. – Zawsze sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. – Sprawnie wykonuje: skoki, przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze, zwisy, podpory, wspinanie się i przechodzenie pod różnymi przeszkodami. – Sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne i zwinnościowe. – Poprawnie i	– Zawsze poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń. – Zawsze sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. – Sprawnie wykonuje: skoki, przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze, zwisy, podpory, wspinanie się i przechodzenie pod różnymi przeszkodami. – Sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne i zwinnościowe. – Poprawnie i	– Zazwyczaj poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń. – Zazwyczaj sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. – Zazwyczaj sprawnie wykonuje: skoki, przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze, zwisy, podpory, wspinanie się i przechodzenie pod różnymi przeszkodami. – Zazwyczaj sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne i zwinnościowe.	– Z niewielką pomocą przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń. – Stara się poprawnie pokonywać w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biegać, wysoko unosząc kolana, biegać w różnym tempie, realizować marszobiegi. – Stara się samodzielnie wykonywać: skoki, wykonać przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze, zwisy, podpory, wspinanie się i przechodzenie pod różnymi przeszkodami. – Stara się poprawnie wykonać ćwiczenia	– Ze znaczną pomocą przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń. – Ma problemy z pokonaniem w biegu przeszkód naturalnych i sztucznych, biegiem z wysokim unoszeniem kolan, biegiem w różnym tempie, realizacją marszobiegu. – Tylko z pomocą wykonuje: skoki, wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze, zwisy, podpory, wspinanie się i przechodzenie pod różnymi przeszkodami. – Z pomocą wykonuje ćwiczenia równoważne

samodzielnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy, w tym kształtujące. – Zawsze chętnie uczestniczy w zabawach i grach: porządkowych, orientacyjno-porządkowych, bieżnych, rzutnych, skocznych i na czworakach oraz zespołowych z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek.	samodzielnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy, w tym kształtujące. – Chętnie uczestniczy w zabawach i grach: porządkowych, orientacyjno-porządkowych, bieżnych, rzutnych, skocznych i na czworakach oraz zespołowych z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek.	– Zazwyczaj poprawnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy, w tym kształtujące. – Uczestniczy w zabawach i grach: porządkowych, orientacyjno-porządkowych, bieżnych, rzutnych, skocznych i na czworakach oraz zespołowych z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek.	równoważne i zwinnościowe. – Stara się wykonywać ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy, w tym kształtujące. – Wymaga czasem zachęty, by uczestniczyć w zabawach i grach: porządkowych, orientacyjno-porządkowych, bieżnych, rzutnych, skocznych i na czworakach oraz zespołowych z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek.	i zwinnościowe. – Z pomocą wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy, w tym kształtujące. – Wymaga często zachęty, by uczestniczyć w zabawach i grach: porządkowych, orientacyjno-porządkowych, bieżnych, rzutnych, skocznych i na czworakach oraz zespołowych z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek.
Osiągnięcia w zakresie różnych form rekreacyjno-sportowych				
– Chętnie uczestniczy w minigrach z piłką, uprawia sporty, np. saneczkarstwo, gra w badmintona. – Aktywnie uczestniczy w zajęciach	– Chętnie uczestniczy w minigrach z piłką, uprawia sporty, np. saneczkarstwo, gra w badmintona. – Aktywnie uczestniczy w zajęciach	– Zazwyczaj chętnie uczestniczy w minigrach z piłką, uprawia sporty, np. saneczkarstwo, gra w badmintona. – Aktywnie uczestniczy	– Wymaga wsparcia, by uczestniczyć w minigrach z piłką, uprawiać sport, grać w badmintona. – Wymaga zachęty, by uczestniczyć w	– Wymaga często wsparcia, by uczestniczyć w minigrach z piłką, uprawiać sport, grać w badmintona. – Wymaga często

doskonających orientację w terenie.	doskonających orientację w terenie.	w zajęciach doskonających orientację w terenie.	zajęciach doskonających orientację w terenie.	zachęty, by uczestniczyć w zajęciach doskonających orientację w terenie.
-------------------------------------	-------------------------------------	---	---	--

KLASA III

Wymagania na ocenę celującą	Wymagania na ocenę bardzo dobrą	Wymagania na ocenę dobrą	Wymagania na ocenę dostateczną	Wymagania na ocenę dopuszczającą

Osiągnięcia w zakresie utrzymania higieny osobistej i zdrowia

Bierze udział w dodatkowych pozalekcyjnych zajęciach sportowych szkolnych i pozaszkolnych; uczestniczy w zawodach lub mitingach sportowych oraz: - Zawsze utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Zawsze dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. - Poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Zawsze przygotowuje w odpowiedni sposób swoje ciało do wykonywania ruchu. - Ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Zawsze uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	- Zawsze utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Zawsze dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. - Poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Zawsze przygotowuje w odpowiedni sposób swoje ciało do wykonywania ruchu. - Ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Zawsze uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	- Zazwyczaj utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Zazwyczaj dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. - Zazwyczaj poprawnie wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Zazwyczaj przygotowuje w odpowiedni sposób swoje ciało do wykonywania ruchu. - Ma coraz większą świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Zazwyczaj uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	- Z pomocą utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Z pomocą dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych. - Z pomocą wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Z pomocą przygotowuje w odpowiedni sposób swoje ciało do wykonywania ruchu. - Wymaga jeszcze przypominania, by wyrobić sobie świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Wymaga przypominania, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej.	- Ze znaczną pomocą utrzymuje w czystości całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu. - Coraz częściej dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych odpowiednio na świeżym powietrzu i w pomieszczeniu. - Wymaga pomocy, by wyjaśnić znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia. - Wymaga znacznej pomocy, by przygotować w odpowiedni sposób swoje ciało do wykonywania ruchu. - Ma problem ze zrozumieniem znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. - Ma problem z uznaniem, że każdy człowiek ma inne
--	--	--	--	--

możliwości w zakresie sprawności fizycznej.				możliwości w zakresie sprawności fizycznej.
Osiągnięcia w zakresie sprawności motorycznych				
- Zawsze poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednonoż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Zawsze sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. - Sprawnie wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Sprawnie wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, b) poruszanie się na	- Zawsze poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednonoż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Zawsze sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. - Sprawnie wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Sprawnie wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie, b) poruszanie się na	- Zazwyczaj poprawnie przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednonoż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Zazwyczaj sprawnie pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. - Zazwyczaj sprawnie wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Zazwyczaj sprawnie wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie,	- Z niewielką pomocą przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednonoż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Stara się poprawnie pokonywać w biegu przeszkody naturalne i sztuczne, biega, wysoko unosząc kolana, biega w różnym tempie, realizuje marszobiegi. - Stara się samodzielnie wykonać przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Stara się poprawnie wykonać ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie,	- Ze znaczną pomocą przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń: postawa zasadnicza, rozkrok, wykrok, zakrok, stanie jednonoż, klęk podparty, przysiad podparty, podpór przodem, podpór tyłem, siad klęczny, skrzyżny, skulony, prosty. - Ma problemy z pokonywaniem w biegu przeszkód naturalnych i sztucznych, biegiem z wysokim unoszeniem kolan, biegiem w różnym tempie, realizacją marszobiegu. - Tylko z pomocą wykonuje przeskoki zawrotny przez ławeczkę, naskoki i zeskoki, skoki zajęcze. - Z pomocą wykonuje ćwiczenia zwinnościowe: a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie,

czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, e) podnoszenie i przenoszenie przyborów. - Sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne. - Poprawnie i samodzielnie wykonuje ćwiczenia zapobiegające wadom postawy.	czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, e) podnoszenie i przenoszenie przyborów. - Sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne. - Poprawnie i samodzielnie wykonuje ćwiczenia zapobiegające wadom postawy.	b) poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, e) podnoszenie i przenoszenie przyborów. - Zazwyczaj sprawnie wykonuje ćwiczenia równoważne. - Zazwyczaj poprawnie wykonuje ćwiczenia zapobiegające wadom postawy.	b) poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, e) podnoszenie i przenoszenie przyborów. - Stara się poprawnie wykonać ćwiczenia równoważne. - Stara się wykonywać ćwiczenia zapobiegające wadom postawy.	podciąganie, b) poruszanie się na czworakach ze zmianą kierunku i tempa ruchu, c) wspinanie się, d) mocowanie w pozycjach niskich i wysokich, e) podnoszenie i przenoszenie przyborów. - Z pomocą wykonuje ćwiczenia równoważne. - Z pomocą wykonuje ćwiczenia zapobiegające wadom postawy.
Osiągnięcia w zakresie różnych form rekreacyjno-sportowych				
- Chętnie organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową. - Zawsze zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo. - Zawsze respektuje	- Chętnie organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową. - Zawsze zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo. - Zawsze respektuje	- Poprawnie organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową. - Najczęściej zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo. - Najczęściej respektuje	- Z pomocą organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową. - Stara się zachować powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektować ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzić sobie w sytuacji przegranej i akceptować zwycięstwo.	- Niechętnie organizuje zespołową zabawę lub grę ruchową. - Ma problem z zachowaniem powściągliwości w ocenie sprawności fizycznej uczestników zabawy, respektowaniem ich prawa do indywidualnego tempa rozwoju oraz radzeniem sobie w sytuacji

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. - Chętnie uczestniczy w zabawach i grach zespołowych z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. - Chętnie i prawidłowo wykonuje elementy charakterystyczne dla gier zespołowych. - Wykazuje się dużą aktywnością w zakresie organizowania gier i zabaw zespołowych. - Sprawnie korzysta z dostępnego sprzętu sportowego.	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. - Chętnie uczestniczy w zabawach i grach zespołowych z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. - Chętnie i prawidłowo wykonuje elementy charakterystyczne dla gier zespołowych. - Wykazuje się dużą aktywnością w zakresie organizowania gier i zabaw zespołowych. - Sprawnie korzysta z dostępnego sprzętu sportowego.	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. - Wykazuje się aktywnością w zakresie organizowania gier i zabaw zespołowych. - Korzysta z dostępnego sprzętu sportowego.	- Stara się respektować 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. - Stara się uczestniczyć w zabawach i grach zespołowych z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. - Stara się wykonywać prawidłowo elementy charakterystyczne dla gier zespołowych. - Czasem wykazuje się aktywnością w zakresie organizowania gier i zabaw zespołowych. - Stara się korzystać z dostępnego sprzętu sportowego.	przegranej i akceptacji zwycięstwa. - Ma problem z respektowaniem przepisów, reguł zabaw i gier ruchowych, przepisów ruchu drogowego w odniesieniu do pieszych, rowerzystów, rolkarzy, biegaczy i innych osób, których poruszanie się w miejscu publicznym może stwarzać zagrożenie bezpieczeństwa. - Niechętnie uczestniczy w zabawach i grach zespołowych z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek. - Niechętnie wykonuje prawidłowo elementy charakterystyczne dla gier zespołowych. - Nie wykazuje się aktywnością w zakresie organizowania gier i zabaw zespołowych. - Niechętnie korzysta z dostępnego sprzętu sportowego.
--	--	--	--	---

