

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO w klasach 1-3

IX. Wychowanie fizyczne		
1. Osiągnięcia w zakresie profilaktyki zdrowia i bezpieczeństwa. Uczeń:		
PP IX. 1.1) współpracuje z rodzicami w codziennych działaniach na rzecz utrzymania zdrowia (np. zachowanie higieny ciała, wybór stroju sportowego zgodnego z miejscem prowadzenia zajęć oraz pogodą); PP IX. 1.2) wymienia przykłady aktywności fizycznej, które może wykonywać w domu, szkole i na świeżym powietrzu (np. wie, jak aktywnie spędzać przerwy, weekendy czy wakacje); PP IX. 1.3) rozpoznaje i nazywa różnorodne formy aktywności fizycznej; PP IX. 1.4) podejmuje aktywność fizyczną, mającą na celu utrzymanie zdrowia i zapobieganie wadom postawy; PP IX. 1.5) wykonuje rozgrzewkę i rozumie jej cel; PP IX. 1.6) systematycznie, wytrwale i świadomie wykonuje ćwiczenia fizyczne oraz podejmuje nowe wyzwania ruchowe; PP IX. 1.7) respektuje zasady zabaw i gier ruchowych oraz gier zespołowych; PP IX. 1.8) omawia zasady bezpiecznego poruszania się pieszo, na rowerze, hulajnodze i rolnach; PP IX. 1.9) omawia zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach – uwzględniając zasady zachowania w środowisku naturalnym oraz ochrony przyrody.		
Klasa 1	Klasa 2	Klasa 3
PP IX. 1.1) – przestrzega zasad higieny osobistej, – dobiera strój odpowiednio do miejsca prowadzenia zajęć i pogody; PP IX. 1.2) – wymienia przykłady aktywności fizycznej, którą podejmuje w domu i na świeżym powietrzu, – wie, jak aktywnie spędzać przerwy; PP IX. 1.3) – nazywa formy aktywności fizycznej, które podejmuje każdego dnia; PP IX. 1.4) – wykonuje ćwiczenia dotyczące szyi (skłony głową w przód, w tył, na boki,	PP IX. 1.1) – przestrzega zasad higieny osobistej, – dobiera strój odpowiednio do miejsca prowadzenia zajęć i pogody; PP IX. 1.2) – wymienia przykłady aktywności fizycznej, którą podejmuje w domu i na świeżym powietrzu, – wie, jak aktywnie spędzać przerwy i weekendy; PP IX. 1.3) – nazywa formy aktywności fizycznej, które podejmuje każdego dnia, – nazywa formy aktywności fizycznej, które są dla niego nowe; PP IX. 1.4) – wykonuje ćwiczenia dotyczące	PP IX. 1.1) – przestrzega zasad higieny osobistej, – dobiera strój odpowiednio do miejsca prowadzenia zajęć i pogody; PP IX. 1.2) – wymienia przykłady aktywności fizycznej, którą podejmuje w domu i na świeżym powietrzu, – ma świadomość wpływu ćwiczeń na sprawność fizyczną, – wie, jak aktywnie spędzać przerwy, weekendy, wakacje; PP IX. 1.3) – podejmuje formy aktywności fizycznej, które są dla niego nowe, – nazywa formy aktywności fizycznej, które są dla niego

krążenia głową), – wykonuje ćwiczenia dotyczące ramion i pasa barkowego (wznoszenie i opuszczanie ramion w różnych kierunkach, krążenia ramionami, wymachy ramion: jednocześnie, naprzemianstronne, w przód, w tył), – wykonuje ćwiczenia dotyczące tułowia we wszystkich płaszczyznach z różnym ułożeniem ramion, – wykonuje ćwiczenia dotyczące nóg (wspięcia, przysiady, podskoki w różnych kierunkach, ćwiczenia przeciw płaskostopiu); PP IX. 1.5) – wykonuje kilka podstawowych ćwiczeń rozgrzewki (np. rytmicznie maszeruje z akcentowaniem ruchów rąk i nóg, rytmicznie podskakuje, biega, maszeruje); PP IX. 1.6) – uświadamia sobie potrzebę przestrzegania zasady stopniowania wysiłku; PP IX. 1.7) – zna i respektuje przepisy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych, – przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas uprawiania sportu; PP IX. 1.8) – dogania współwiczającego i wyprzedza go z lewej strony zgodnie z zasadami ruchu drogowego, – wie, że osoby i grupy należy wymijać zgodnie z zasadami ruchu	szyi (skłony głową w przód, w tył, na boki, krążenia głową), – wykonuje ćwiczenia dotyczące ramion i pasa barkowego (wznoszenie i opuszczanie ramion w różnych kierunkach, krążenia ramionami, wymachy ramionami: jednocześnie, naprzemianstronne, w przód, w tył), – wykonuje ćwiczenia dotyczące tułowia we wszystkich płaszczyznach z różnym ułożeniem ramion, – wykonuje ćwiczenia dotyczące nóg (wspięcia, przysiady, podskoki w różnych kierunkach, ćwiczenia przeciw płaskostopiu); PP IX. 1.5) – wykonuje podstawowe ćwiczenia na rozgrzewkę, – proponuje ćwiczenia na rozgrzewkę; PP IX. 1.6) – uświadamia sobie potrzebę przestrzegania zasady stopniowania wysiłku; PP IX. 1.7) – zna i respektuje przepisy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych, – przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas uprawiania sportu; PP IX. 1.8) – dogania współwiczającego i wyprzedza go z lewej strony zgodnie z zasadami ruchu drogowego, – wie, że osoby i grupy należy	nowe; PP IX. 1.4) – wykonuje ćwiczenia dotyczące szyi (skłony głową w przód, w tył, na boki, krążenia głową), – wykonuje ćwiczenia dotyczące ramion i pasa barkowego (wznoszenie i opuszczanie ramion w różnych kierunkach, krążenia ramionami, wymachy ramionami: jednocześnie, naprzemianstronne, w przód, w tył), – wykonuje ćwiczenia dotyczące tułowia we wszystkich płaszczyznach z różnym ułożeniem ramion, – wykonuje ćwiczenia dotyczące nóg (wspięcia, przysiady, podskoki w różnych kierunkach, ćwiczenia przeciw płaskostopiu); PP IX. 1.5) – wykonuje podstawowe ćwiczenia na rozgrzewkę, – proponuje ćwiczenia na rozgrzewkę, – samodzielnie wykonuje rozgrzewkę również przed aktywnością fizyczną podejmowaną w czasie wolnym; PP IX. 1.6) – uświadamia sobie potrzebę przestrzegania zasady stopniowania wysiłku; PP IX. 1.7) – zna i respektuje przepisy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych, – przestrzega zasad bezpieczeństwa
---	---	---

drogowego, niezależnie od sposobu poruszania się (pieszo, na rowerze, na hulajnodze, na rolkach), – omija przeszkody zgodnie z zasadami ruchu drogowego, niezależnie od sposobu poruszania się (pieszo, na rowerze, na hulajnodze, na rolkach); PP IX. 1.9) – zna zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach.	wymijać zgodnie z zasadami ruchu drogowego, niezależnie od sposobu poruszania się (pieszo, na rowerze, na hulajnodze, na rolkach), – omija przeszkody zgodnie z zasadami ruchu drogowego, niezależnie od sposobu poruszania się (pieszo, na rowerze, na hulajnodze, na rolkach); PP IX. 1.9) – zna zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach, – podejmuje aktywność fizyczną w środowisku naturalnym.	podczas uprawiania sportu; PP IX. 1.8) – dogania współwiczącego i wyprzedza go z lewej strony zgodnie z zasadami ruchu drogowego, – wie, że osoby i grupy należy wymijać zgodnie z zasadami ruchu drogowego, niezależnie od sposobu poruszania się (pieszo, na rowerze, na hulajnodze, na rolkach), – omija przeszkody zgodnie z zasadami ruchu drogowego, niezależnie od sposobu poruszania się (pieszo, na rowerze, na hulajnodze, na rolkach); PP IX. 1.9) – zna zasady bezpiecznego przebywania nad wodą i w górach, – podejmuje aktywność fizyczną w środowisku naturalnym z zachowaniem zasad ochrony przyrody.
--	--	--

2. Osiągnięcia w zakresie sprawności fizycznej. Uczeń:

PP IX. 2.1) posiada umiejętności związane z przemieszczaniem, tj. umiejętność dotyczącą:

- chodzenia i maszerowania ze zmianą kierunku i tempa, z zachowaniem rytmu i koordynacji,
- biegania krótkich dystansów ze zmianą kierunku i tempa,
- skakania, podskakiwania i przeskakiwania (np. skoki obunóż i jednonóż w miejscu i ruchu, pokonywanie przeszkód o różnej wysokości i szerokości, skok w dal dowolnym sposobem z miejsca i z rozbiegu, skoki przez skakankę lub gumę),
- wspinania się na niskich wysokościach,
- czołgania w różnych kierunkach i pod przeszkodami;

PP IX. 2.2) posiada umiejętności związane z posługiwaniem się przyborami i manipulowaniem nimi, tj. umiejętność dotyczącą:

- rzucania jednorącz małymi przyborami do celu nieruchomego i ruchomego,
- podawania przyborów oburącz sprzed klatki piersiowej i znad głowy, w miejscu i ruchu oraz chwytania przyborów w miejscu i ruchu,
- uderzania piłki (kopnięcia) w miejscu i ruchu, do partnera lub celu, z różną siłą i w różnych kierunkach,
- odbijania piłki – oburącz lub jednorącz w górę i w kierunku partnera,
- uderzania przyborem (np. kijem, rakietą),
- toczenia, podnoszenia i przenoszenia przyborów,
- celowania i trafiania do wyznaczonego celu – rzucając, kopiąc, odbijając i uderzając przybór;

PP IX. 2.3) posiada umiejętności związane z utrzymywaniem równowagi, kontroli ciała i orientacji w przestrzeni, tj. umiejętności dotyczące:

- utrzymania równowagi w pozycjach statycznych i dynamicznych z przyborem i bez,

- b) wykonywania rotacji ciała wokół osi pionowej i poziomej (np. obrót w miejscu i ruchu, przewrót w przód z przysiadu podpartego),
c) wykonywania skrętów i zwrotów w sposób kontrolowany,
d) przenoszenia ciężaru ciała z jednej strony na drugą,
e) utrzymywania prawidłowej postawy w różnych pozycjach.

Klasa 1	Klasa 2	Klasa 3
PP IX. 2.1)a) – ma świadomość własnego ciała, – maszeruje ze zmianą kierunku i tempa, – chodzi ze zmianą kierunku i tempa, – maszeruje rytmicznie, – zachowuje koordynację podczas chodu i marszu; PP IX. 2.1)b) – biega po prostej, slalomem, po okręgu, – biega do wyznaczonego miejsca (5–10 m), – wykonuje bieg 5 x 10 m, – wykonuje 20-metrowy bieg wytrzymałościowy, – bierze udział w zabawach bieżnych z użyciem różnych przyborów, – biega między przeszkodami, – pokonuje przeszkody; PP IX. 2.1)c) – skacze w górę (obunóż, jedenonóż), – wykonuje skoki z pokonywaniem przeszkód (obunóż, jedenonóż), – wykonuje wieloskoki, – wykonuje skok w dal z miejsca i z rozbiegu (mierzenie długości skoku), – bierze udział w zabawach skocznych z użyciem różnych przyborów; PP IX. 2.1)d) – wspina się na niskie przyrządy, – schodzi z niskich przyrządów, – pokonuje przeszkody dołem i górą, – wspina się po skośnie ustawionej	PP IX. 2.1)a) – ma świadomość własnego ciała, – maszeruje ze zmianą kierunku i tempa, – chodzi ze zmianą kierunku i tempa, – maszeruje rytmicznie, – zachowuje koordynację podczas chodu i marszu; PP IX. 2.1)b) – wykonuje marsz, marszobieg, trucht, bieg w różnych warunkach terenowych, – biega po prostej, slalomem, po okręgu, – biega do wyznaczonego miejsca (5–10 m), – wykonuje 20-metrowy bieg wytrzymałościowy, – biega po wyznaczonej trasie, – biega indywidualnie i w grupie, – bierze udział w biegu sztafetowym, – umie startować do biegu z różnych pozycji (wysokiej, niskiej), – biega wolno i szybko na sygnał ze startu wysokiego i niskiego, – wykonuje bieg 5 x 10 m, – bierze udział w zabawach bieżnych z wysokim unoszeniem kolan, bokiem, tyłem, z przyspieszaniem i zwalnianiem, – bierze udział w zabawach bieżnych z użyciem różnych przyborów, – biega między przeszkodami, – pokonuje przeszkody;	PP IX. 2.1)a) – ma świadomość własnego ciała, – maszeruje ze zmianą kierunku i tempa, – chodzi ze zmianą kierunku i tempa, – maszeruje rytmicznie, – zachowuje koordynację podczas chodu i marszu; PP IX. 2.1)b) – wykonuje marsz, marszobieg (co najmniej 15 minut), trucht, bieg w różnych warunkach terenowych, – biega po prostej, slalomem, po okręgu, – biega do wyznaczonego miejsca (5–10 m), – wykonuje 20-metrowy bieg wytrzymałościowy, – biega po wyznaczonej trasie, – biega indywidualnie i grupowo, – bierze udział w biegu sztafetowym, – umie startować do biegu z różnych pozycji (wysokiej, niskiej), – biega wolno i szybko na sygnał ze startu wysokiego i niskiego (40–60 m), – biega na czas (50 m), – wykonuje bieg 5 x 10 m, – bierze udział w zabawach bieżnych z wysokim unoszeniem kolan, bokiem, tyłem, z przyspieszaniem i zwalnianiem, – bierze udział w zabawach bieżnych z użyciem różnych przyborów,

ławeczce, – wspina się, podciąga i wbiega na różne przyrządy; PP IX. 2.1)e) – wykonuje pełzanie z przyborem, – czołga się w różnych kierunkach, pod niskimi przeszkodami; PP IX. 2.2)a) – wykonuje rzuty jedną ręką, – wykonuje rzuty na odległość małymi przedmiotami, – rzuca do ruchomego celu; PP IX. 2.2)b) – wykonuje rzuty oburącz: zza głowy, znad głowy, sprzed głowy, dołem, w przód, w tył, z miejsca, w ruchu; PP IX. 2.2)c) – podaje piłki zewnętrznym i wewnętrznym podbiciem stopy do współpartnera, – kopie piłkę do celu; PP IX. 2.2)d) – uczestniczy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych z użyciem piłki; PP IX. 2.2)e) – uczestniczy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych z użyciem rakiety; PP IX. 2.2)f) – przenosi przybory oburącz, pojedynczo i w parze (do 3 kg); PP IX. 2.2)g) – rzuca przyborem do wyznaczonego celu, – kopie przybór do wyznaczonego celu, – uderza przybór z intencją, by trafił do wyznaczonego celu;	PP IX. 2.1)c) – skacze w górę (obunóż, jedenonóż), – wykonuje skoki z pokonywaniem przeszkód (obunóż, jedenonóż), – wykonuje skoki z wysokości (do 1 m) na miękkie podłoże, – wykonuje wieloskoki, – wykonuje skok w dal z miejsca i z rozbiegu (mierzenie długości skoku), – bierze udział w zabawach skocznych z użyciem różnych przyborów; PP IX. 2.1)d) – wspina się na niskie przyrządy, – schodzi z niskich przyrządów, – pokonuje przeszkody dołem i górą, – wspina się po skośnie ustawionej ławeczce, – wspina się, podciąga i wbiega na różne przyrządy; PP IX. 2.1)e) – wykonuje pełzanie z przyborem, – czołga się w różnych kierunkach, pod niskimi przeszkodami; PP IX. 2.2)a) – wykonuje rzuty jedną ręką, – wykonuje rzuty na odległość małymi przedmiotami, – rzuca do nieruchomego celu, – rzuca do ruchomego celu, – rzuca piłeczką palantową na odległość z miejsca w pozycji wykroczonej (pomiar odległości); PP IX. 2.2)b) – wykonuje rzuty oburącz: zza głowy, znad głowy, sprzed głowy, dołem, w przód,	– biega między przeszkodami, – pokonuje przeszkody; PP IX. 2.1)c) – skacze w górę (obunóż, jedenonóż), – wykonuje skoki z pokonywaniem przeszkód (obunóż, jedenonóż), – wykonuje skoki z wysokości (do 1 m) na miękkie podłoże, – wykonuje wieloskoki, – wykonuje skok w dal z miejsca i z rozbiegu (mierzenie długości skoku), – bierze udział w zabawach skocznych z użyciem różnych przyborów; PP IX. 2.1)d) – wspina się na niskie przyrządy, – schodzi z niskich przyrządów, – pokonuje przeszkody dołem i górą, – wspina się po skośnie ustawionej ławeczce, – wspina się, podciąga i wbiega na różne przyrządy, – podejmuje próby wspinania się po linie; PP IX. 2.1)e) – wykonuje pełzanie z przyborem, – czołga się w różnych kierunkach, pod niskimi przeszkodami; PP IX. 2.2)a) – wykonuje rzuty jedną ręką, – wykonuje rzuty na odległość małymi przedmiotami, – rzuca do nieruchomego celu, – rzuca do ruchomego celu, – rzuca piłeczką palantową na odległość z miejsca w pozycji wykroczonej (pomiar odległości); PP IX. 2.2)b)
---	--	--

PP IX. 2.3)a) – przechodzi z zamkniętymi oczami po linii rozłożonej na podłodze, – wykonuje przejście równoważne po różnych przyrządach, – wykonuje przejścia po ławeczce różnymi sposobami, z przyborami i bez; PP IX. 2.3)b) – obraca się w miejscu i w ruchu wokół własnej osi; PP IX. 2.3)c) – wykonuje skręty w sposób kontrolowany; PP IX. 2.3)d) – prawidłowo przenosi ciężar ciała z jednej strony na drugą; PP IX. 2.3)e) – przyjmuje pozycje niskie: przysiad podparty; siady: prosty, skrzyżny, skulny, klęczny, równoważny; klęk: jedenoż, obunoż; leżenie: przodem, tyłem; stanie rozkroczone – wykonuje podpór leżąc przodem na przedramionach;	w tył, z miejsca, w ruchu; PP IX. 2.2)c) – bierze udział w grze w minipilkę nożną (podania piłki zewnętrznym i wewnętrznym podbiciem stopy do współpartnera, prowadzenie piłki nogą, strzały na bramkę, gra według ustalonych zasad); PP IX. 2.2)d) – wykonuje rzuty i chwyt piłki w zabawach rzutnych, – wykonuje podania piłki z wykonywaniem dodatkowych czynności, np. klaśnięcia, – bierze udział w grze w ringo (rzucanie kółka oburącz i jednorącz, chwytywanie kółka oburącz w miejscu, w wyskoku i w przysiadzie, rzucanie kółkiem do celu (gra według ustalonych zasad), – bierze udział w grze w dwa ognie i w ringo; PP IX. 2.2)e) – uczestniczy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych z użyciem rakiety; PP IX. 2.2)f) – przenosi przybory oburącz, pojedynczo i w parze (do 3 kg); PP IX. 2.2)g) – rzuca przyborem do wyznaczonego celu, – kopie przybór do wyznaczonego celu, – uderza przybór z intencją, by trafił do wyznaczonego celu; PP IX. 2.3)a) – przechodzi z zamkniętymi	– wykonuje rzuty oburącz: zza głowy, znad głowy, sprzed głowy, dołem, w przód, – w tył, z miejsca, w ruchu; PP IX. 2.2)c) – bierze udział w grze w minipilkę nożną (podania piłki zewnętrznym i wewnętrznym podbiciem stopy do współpartnera, prowadzenie piłki nogą, strzały na bramkę, gra według ustalonych zasad); PP IX. 2.2)d) – bierze udział w grze w minisiatkówkę (odbicia piłki w parze oburącz sposobem górnym i dolnym, kierowanie piłki sposobem górnym i dolnym w określone miejsce boiska, gra w siatkówkę według ustalonych zasad), – bierze udział w grze w minipilkę ręczną (podania piłki w parze w miejscu i w ruchu, rzucanie do celu stałego i ruchomego, rzucanie do bramki z miejsca i z biegu, gra według ustalonych zasad); PP IX. 2.2)e) – uczestniczy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych z użyciem rakiety; PP IX. 2.2)f) – przenosi przybory oburącz, pojedynczo i w parze (do 3 kg); PP IX. 2.2)g) – rzuca przyborem do
---	--	--

	oczami po linii rozłożonej na podłodze, – wykonuje przejście równoważne po różnych przyrządach, – wykonuje przejścia po ławeczce różnymi sposobami, z przyborami i bez; PP IX. 2.3)b) – obraca się w miejscu i w ruchu wokół własnej osi; PP IX. 2.3)c) – wykonuje skręty w sposób kontrolowany, – wykonuje zwroty w sposób kontrolowany; PP IX. 2.3)d) – prawidłowo przenosi ciężar ciała z jednej strony na drugą; PP IX. 2.3)e) – przyjmuje pozycje niskie: przysiad podparty; siady: prosty, skrzyżny, skulny, klęczny, równoważny; klęk: jedenonóż, obunóż; leżenie: przodem, tyłem; stanie rozkroczone – wykonuje podpór leżąc przodem na przedramionach;	wyznaczonego celu, – kopie przybór do wyznaczonego celu, – uderza przybór z intencją, by trafił do wyznaczonego celu; PP IX. 2.3)a) – przechodzi z zamkniętymi oczami po linii rozłożonej na podłodze, – wykonuje przejście równoważne po różnych przyrządach, – wykonuje przejścia po ławeczce różnymi sposobami, z przyborami i bez; PP IX. 2.3)b) – wykonuje przewrót w przód; PP IX. 2.3)c) – wykonuje skręty w sposób kontrolowany, – wykonuje zwroty w sposób kontrolowany; PP IX. 2.3)d) – prawidłowo przenosi ciężar ciała z jednej strony na drugą; PP IX. 2.3)e) – przyjmuje pozycje niskie: przysiad podparty; siady: prosty, skrzyżny, skulny, klęczny, równoważny; klęk: jedenonóż, obunóż; leżenie: przodem, tyłem; stanie rozkroczone – wykonuje podpór leżąc przodem na przedramionach;
3. Osiągnięcia w zakresie zabaw i gier ruchowych, gier zespołowych oraz rekreacyjnych. Uczeń:		
PP IX. 3.1) wykonuje ćwiczenia rytmiczne przy muzyce; PP IX. 3.2) uczestniczy w zabawach i grach ruchowych, grach zespołowych, z wykorzystaniem dostępnego sprzętu sportowego; PP IX. 3.3) wykonuje podstawowe elementy techniczne z piłką lub innym przyborem charakterystycznym dla gier zespołowych: kozłowanie w miejscu i ruchu, podawanie i chwytanie, odbijanie, uderzanie i prowadzenie, rzucanie, uderzanie do celu; PP IX. 3.4) współpracuje z innymi przy tworzeniu i realizacji zabaw ruchowych; PP IX. 3.5) korzysta z dostępnego sprzętu sportowego, takiego jak: rolki, łyżwy, sanki, hulajnoga i rower, dostosowując sposób jazdy do warunków i zasad bezpieczeństwa; PP IX. 3.6) przestrzega zasad <i>fair play</i> w zabawach i grach ruchowych oraz grach zespołowych.”		
Klasa 1	Klasa 2	Klasa 3
PP IX. 3.1) – rytmicznie maszeruje,	PP IX. 3.1) – rytmicznie maszeruje,	PP IX. 3.1) – rytmicznie maszeruje,

– wykonuje ćwiczenia dotyczące rąk w rytmie muzyki, – ilustruje ruchem rytm piosenek i melodii; PP IX. 3.2) – bierze udział w zabawach skocznych z użyciem różnych przyborów, – bierze udział w zabawach rzutnych z użyciem różnych przyborów, – uczestniczy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych; PP IX. 3.3) – wykonuje kozłowanie, – szybko reaguje na sygnał wzrokowy lub słuchowy, – zmienia kierunek ruchu i zatrzymuje się na sygnał; – naśladuje ruchy współwzruszającego; – wykonuje ruchy przeciwstawne do ruchów współwzruszającego, – uczestniczy w zabawach i grach orientacyjno-porządkowych; PP IX. 3.4) – uczestniczy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych; PP IX. 3.5) – jeździ na sankach, – jeździ (na sankach, rowerze, rolkach, łyżwach, hulajnodze itp.) po linii prostej do wyznaczonego miejsca, umie hamować, – jeździ (na sankach, rowerze, rolkach, łyżwach, hulajnodze itp.) zmienia	– wykonuje ćwiczenia dotyczące rąk w rytmie muzyki, – ilustruje ruchem rytm piosenek i melodii, – organizuje zabawy rytmiczno-taneczne; PP IX. 3.2) – uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek, – bierze udział w grze w dwa ognie (podawanie i chwytywanie piłki w miejscu i w ruchu, rzucanie do celu, gra według ustalonych zasad); PP IX. 3.3) – wykonuje rzuty i chwyty w zabawach rzutnych z użyciem różnych przyborów, – szybko reaguje na sygnał wzrokowy lub słuchowy, – zmienia kierunek ruchu i zatrzymuje się na sygnał, – naśladuje ruchy współwzruszającego;,, – wykonuje ruchy przeciwstawne do ruchów współwzruszającego, – uczestniczy w zabawach i grach orientacyjno-porządkowych; PP IX. 3.4) – uczestniczy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych; PP IX. 3.5) – jeździ na sankach, – jeździ (na sankach, rowerze, rolkach, łyżwach, hulajnodze itp.) po linii prostej	– wykonuje ćwiczenia dotyczące rąk w rytmie muzyki, – ilustruje ruchem rytm piosenek i melodii, – organizuje zabawy rytmiczno-taneczne, – tańczy tańce nowoczesne, narodowe i regionalne; PP IX. 3.2) – uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek, – bierze udział w grze w dwa ognie (podawanie i chwytywanie piłki w miejscu i w ruchu, rzucanie do celu, gra według ustalonych zasad); PP IX. 3.3) – organizuje zabawy i gry ruchowe przygotowujące do gier zespołowych, – uczestniczy w zabawach i grach zespołowych, z wykorzystaniem różnych rodzajów piłek, – bierze udział w grze w dwa ognie (podawanie i chwytywanie piłki w miejscu i w ruchu, rzucanie do celu, gra według ustalonych zasad), – bierze udział w grze w minipiłkę nożną, – bierze udział w grze w minikoszykówkę (rzuty do kosza, kozłowanie piłki prawą i lewą ręką, podania piłki oburącz sprzed klatki piersiowej w miejscu, w marszu i w biegu, rzuty do kosza w
--	--	---

kierunek jazdy: skrety w prawo i w lewo, – uprawia inne sporty, np. pływanie (zależnie od bazy szkoły), – zna zasady bezpieczeństwa podczas korzystania z różnego rodzaju sprzętu sportowego; PP IX. 3.6) – zna i respektuje przepisy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych, – przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas uprawiania sportu.	do wyznaczonego miejsca, umie hamować, – jeździ (na sankach, rowerze, rolkach, łyżwach, hulajnodze itp.) zmienia kierunek jazdy: skrety w prawo i w lewo, – uprawia inne sporty, np. pływanie (zależnie od bazy szkoły), – zna zasady bezpieczeństwa podczas korzystania z różnego rodzaju sprzętu sportowego; PP IX. 3.6) – zna i respektuje przepisy w zabawach i grach ruchowych przygotowujących do gier zespołowych, – przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas uprawiania sportu.	biegu po uprzednim kozłowaniu, podawanie piłki w ruchu w przód, w tył, w prawo i w lewo, gra w koszykówkę według ustalonych zasad), – bierze udział w grze w minisiatkówkę (odbicia piłki w parze oburącz sposobem górnym i dolnym, kierowanie piłki sposobem górnym i dolnym w określone miejsce boiska, gra w siatkówkę według ustalonych zasad), – bierze udział w grze w minipiłkę ręczną (podania piłki w parze w miejscu i w ruchu, rzucanie do celu stałego i ruchomego, rzucanie do bramki z miejsca i z biegu, gra według ustalonych zasad); PP IX. 3.4) – uczestniczy w zabawach i grach Zespołowych, – organizuje zabawy i gry ruchowe; PP IX. 3.5) – jeździ na sankach, – jeździ (na sankach, rowerze, rolkach, łyżwach, hulajnodze itp.) po linii prostej do wyznaczonego miejsca, umie hamować, – jeździ (na sankach, rowerze, rolkach, łyżwach, hulajnodze itp.) zmienia kierunek jazdy: skrety w prawo i w lewo, – uprawia inne sporty, np.
--	--	---

		pływanie (zależnie od bazy szkoły), – zna zasady bezpieczeństwa podczas korzystania z różnego rodzaju sprzętu sportowego; PP IX. 3.6) – zna i respektuje przepisy w zabawach i grach ruchowych oraz grach zespołowych, – przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas uprawiania sportu.
--	--	---