

KLASA 1

WYCHOWANIE FIZYCZNE I HIGIENA OSOBISTA:

- maszeruje, przechodzi z chodu do biegu, zwalnia i przyspiesza bieg, biegnie na sygnał ze startu wysokiego;
- podskakuje, skacze obunóż, jednonóż przez niskie przeszkody (np. przez woreczek);
- dba o prawidłową postawę w chodzie, biegu, siedząc w ławce szkolnej;
- potrafi przejść po wyznaczonej linii;
- stopniowo zapoznaje się z określeniami: „siad skrzyżny”, „skłon”, „przysiad”, „leżenie na plecach”, „leżenie na brzuchu”;
- chwyta piłkę, rzuca nią do celu i na odległość, toczy po podłodze, próbuje kozłować;
- chętnie uczestniczy w zabawach ruchowych, rozumie proste reguły i potrafi się podporządkować decyzjom sędziego;
- wie, że ma wpływ na swoje zdrowie (stosowny ubiór, aktywność fizyczna, właściwe odżywianie się oraz przestrzeganie higieny);
- wie, że nie może samodzielnie zażywać leków, ani żadnych nieznanymi substancji.

KLASA 2

Realizuje marszobieg trwające około 10 minut;

Biega slalomem omijając przeszkody;

Skacze przez niewielkie przeszkody;

Skacze przez skakankę, skacze obunóż i jednonóż przez przeszkody (np. przez ławeczkę);

Potrafi przejść po ławeczce;

Wykonuje ćwiczenia wzmacniające mięśnie brzucha i lędźwi;

Przyjmuje pozycje wyjściowe i ustawienia do ćwiczeń;

Kozłuje piłkę, podaje piłkę między partnerami, trafia małą piłką do celu;

KLASA 3

WYCHOWANIE FIZYCZNE I HIGIENA OSOBISTA

Realizuje marszobieg trwające około 15 minut;

Wykonuje przewrót w przód;

Oburącz odbija lekką piłkę sposobem górnym;

Podbija piłkę stopą;

Kozłuje piłkę podaje piłkę między partnerami, trafia małą piłką do celu;

Potrafi rzucić piłką lekarską;

Przestrzega zasad sportowej rywalizacji;

Dbą o bezpieczeństwo w czasie zajęć ruchowych;

Posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem.

Głównymi kryteriami oceniania uczniów są:

- stopień indywidualnego zaangażowania,
- aktywność,
- osobiste predyspozycje.

Biorąc pod uwagę powyższe kryteria nauczyciel stosuje sześciostopniową skalę cyfrową od 1 do 6 w sposób następujący:

6 – uczeń wyróżnia się sprawnością fizyczną na tle klasy, bierze udział w szkolnych i pozaszkolnych zawodach sportowych,

5 – uczeń chętnie podejmuje działania ruchowe objęte programem edukacji

wczesnoszkolnej, precyzyjnie i celowo wykonuje ruchy, chętnie uczestniczy w zabawach i grach sportowych, współdziała w zabawach przestrzegając obowiązujących w nim reguł,
4 – podejmuje większość działań ruchowych objętych programem edukacji wczesnoszkolnej, przeważnie precyzyjnie i celowo wykonuje ruchy, poprawnie wykonuje większość ćwiczeń fizycznych,
3 – z pomocą nauczyciela wykonuje działania ruchowe objęte programem edukacji wczesnoszkolnej, mało precyzyjnie wykonuje ruchy, niezbyt chętnie uczestniczy w grach i zabawach sportowych, nie zawsze przestrzega reguł i zasad bezpieczeństwa,
2 – uczeń mało sprawny fizycznie, nie wykazuje właściwej postawy i zaangażowania na zajęciach ruchowych, ćwiczenia wykonuje niechętnie, niedokładnie, nieprecyzyjnie, niechętnie uczestniczy w zabawach i grach sportowych oraz w zabawach rytmiczno-tanecznych, nie przestrzega reguł obowiązujących w zabawach,
1 - uczeń nie uczestniczy w zabawach ruchowych, nie chce wykonywać żadnych ćwiczeń nawet przy pomocy nauczyciela.