

Wymagania na Ocenę Caloroczną - Klasa I

Wymagania edukacyjne zostały opracowane zgodnie z nową podstawą programową obowiązującą od 1 września 2026 r. w ramach reformy „Kompas Jutra”.

Edukacja polonistyczna

Ocena dopuszczająca

- uważnie słucha krótkich wypowiedzi, poleceń i tekstów czytanych przez nauczyciela oraz reaguje adekwatnie do ich treści
- wypowiada się prostymi zdaniami na temat własnych przeżyć, ilustracji, wydarzeń i wysłuchanego tekstu
- przestrzega podstawowych zasad rozmowy: czeka na swoją kolej, słucha rozmówcy i zwraca się do niego z szacunkiem
- rozpoznaje wszystkie litery alfabetu i dokonuje analizy oraz syntezy słuchowej prostych wyrazów
- czyta głośno wyrazy i krótkie zdania oraz rozumie ich podstawowy sens
- pisze poznane litery i proste wyrazy w liniaturze, dbając o kierunek i czytelność zapisu
- układa i zapisuje proste zdania z pomocą wzoru, ilustracji lub pytań
- rozpoznaje zdanie oznajmujące, pytające i rozkazujące oraz stosuje kropkę i znak zapytania

Ocena dostateczna

- uważnie słucha krótkich wypowiedzi, poleceń i tekstów czytanych przez nauczyciela oraz właściwie na nie reaguje
- wypowiada się prostymi zdaniami na tematy bliskie własnym doświadczeniom, ilustracjom, wydarzeniom i tekstom
- przestrzega podstawowych zasad rozmowy
- rozpoznaje wszystkie litery alfabetu oraz dokonuje analizy i syntezy słuchowej prostych wyrazów
- czyta głośno wyrazy i krótkie zdania, rozumiejąc ich podstawowy sens
- pisze poznane litery i proste wyrazy w liniaturze, zachowując właściwy kierunek i czytelność
- układa i zapisuje proste zdania z pomocą wzoru, ilustracji lub pytań
- rozpoznaje podstawowe rodzaje zdań i stosuje kropkę oraz znak zapytania

Ocena dobra

- formułuje spójne kilkuzdaniowe wypowiedzi i odpowiada pełnym zdaniem na pytania

- zadaje pytania służące doprecyzowaniu informacji oraz wyraża własne potrzeby, emocje i opinie
- czyta płynnie krótkie teksty drukowane i pisane oraz wyszukuje informacje podane wprost
- ustala kolejność wydarzeń, wskazuje bohaterów i ocenia ich zachowanie w prostych sytuacjach
- samodzielnie redaguje krótką notatkę, życzenia, podpis, odpowiedź lub kilkuzdaniowe opowiadanie
- stosuje wielką literę na początku zdania, w imionach i nazwach miejscowości oraz podstawowe znaki interpunkcyjne
- rozpoznaje w praktyce rzeczowniki jako nazwy osób, zwierząt, roślin i rzeczy oraz czasowniki jako nazwy czynności
- recytuje krótki tekst z pamięci z odpowiednią intonacją

Ocena bardzo dobra

- samodzielnie i sprawnie realizuje wszystkie wymagania przewidziane dla oceny dobrej
- formułuje spójne wypowiedzi, poprawnie odpowiada na pytania i samodzielnie doprecyzowuje informacje
- czyta płynnie krótkie teksty i wyszukuje w nich informacje
- samodzielnie redaguje krótkie formy wypowiedzi
- stosuje poznane zasady zapisu, wielką literę i podstawowe znaki interpunkcyjne
- rozpoznaje rzeczowniki i czasowniki w prostych wypowiedziach
- recytuje tekst z pamięci z odpowiednią intonacją i poprawnością

Ocena celująca

- tworzy dłuższe i uporządkowane wypowiedzi, świadomie dostosowując słownictwo i ton do odbiorcy
- czyta samodzielnie teksty wykraczające poza materiał ćwiczeniowy i przedstawia własne odczucia po lekturze
- wnioskuje na podstawie treści, przewiduje dalszy ciąg zdarzeń i uzasadnia swoją opinię
- tworzy własne krótkie opowiadania, zagadki, rymowanki lub dialogi
- samodzielnie poprawia zauważone błędy językowe, ortograficzne i graficzne
- wykorzystuje tekst pisany do realnej komunikacji, np. przygotowuje zaproszenie, wiadomość lub ogłoszenie
- porównuje bohaterów i dostrzega różnicę między światem realnym a fantastycznym

Język obcy nowożytny

Ocena dopuszczająca

- rozumie bardzo proste polecenia i reaguje na nie werbalnie lub niewerbalnie
- rozpoznaje i stosuje podstawowe słownictwo dotyczące siebie, rodziny, szkoły, kolorów, liczb, zabawek i codziennych czynności
- przedstawia się, podaje imię i odpowiada na bardzo proste pytania
- powtarza rymowanki, śpiewa piosenki i odgrywa krótkie dialogi według wzoru
- rozumie sens bardzo krótkich historyjek wspartych obrazem, gestem lub ruchem

Ocena dostateczna

- rozumie bardzo proste polecenia i właściwie na nie reaguje
- rozpoznaje i stosuje podstawowe słownictwo dotyczące siebie, rodziny, szkoły, kolorów, liczb, zabawek i codziennych czynności
- przedstawia się, podaje imię i odpowiada na proste pytania
- uczestniczy w powtarzaniu rymowanek, śpiewaniu piosenek i krótkich dialogach według wzoru
- rozumie sens krótkich historyjek wspartych obrazem, gestem lub ruchem

Ocena dobra

- zadaje i odpowiada na proste pytania dotyczące znanych tematów
- tworzy według wzoru krótkie wypowiedzi ustne i pisemne
- czyta pojedyncze wyrazy i bardzo krótkie zdania
- stosuje podstawowe zwroty grzecznościowe i współdziała w zabawie językowej
- korzysta z obrazkowego słownika lub materiału cyfrowego z pomocą nauczyciela

Ocena bardzo dobra

- sprawnie i samodzielnie realizuje wymagania przewidziane dla oceny dobrej
- zadaje i odpowiada na proste pytania dotyczące znanych tematów
- tworzy krótkie wypowiedzi ustne i pisemne według wzoru
- czyta pojedyncze wyrazy i bardzo krótkie zdania
- stosuje podstawowe zwroty grzecznościowe i aktywnie uczestniczy w zabawach językowych
- korzysta z prostych materiałów wspierających naukę

Ocena celująca

- spontanicznie używa poznanych zwrotów w typowych sytuacjach
- tworzy własny krótki dialog, opis lub prezentację
- domyśla się znaczenia prostych słów z kontekstu
- łączy poznane struktury w dłuższe wypowiedzi
- przekazuje po polsku główny sens krótkiego tekstu w języku obcym

- realizuje prosty projekt komunikacyjny z realnym odbiorcą
- porównuje proste elementy języka i kultury własnej z poznawaną kulturą

Edukacja matematyczna

Ocena dopuszczająca

- przelicza elementy oraz odczytuje, zapisuje, porównuje i porządkuje liczby co najmniej w zakresie 10
- rozumie znaczenie dodawania i odejmowania oraz wykonuje proste obliczenia na konkretach
- posługuje się znakami $+$, $-$ i $=$ w prostych sytuacjach
- rozwiązuje proste, jednodziałaniowe zadania przedstawione ustnie, obrazkowo lub za pomocą konkretów
- rozpoznaje i nazywa koło, trójkąt, kwadrat i prostokąt
- określa położenie przedmiotów, używając pojęć: nad, pod, obok, z lewej, z prawej, przed, za
- porównuje długość, masę i pojemność oraz podejmuje próby pomiaru
- rozpoznaje monety i banknoty w prostych sytuacjach oraz odczytuje pełne godziny

Ocena dostateczna

- odczytuje, zapisuje, porównuje i porządkuje liczby co najmniej w zakresie 20
- wykonuje proste dodawanie i odejmowanie na konkretach oraz w pamięci
- posługuje się znakami $+$, $-$, $=$, $<$ i $>$ w prostych sytuacjach
- rozwiązuje jednodziałaniowe zadania tekstowe przedstawione ustnie, obrazkowo lub za pomocą konkretów
- rozpoznaje i nazywa koło, trójkąt, kwadrat i prostokąt oraz układa z nich kompozycje
- określa położenie przedmiotów i osób za pomocą poznanych określeń
- mierzy długość za pomocą nieformalnych jednostek i linijki oraz porównuje długość, masę i pojemność
- rozpoznaje monety i banknoty używane w prostych sytuacjach zakupowych oraz odczytuje pełne godziny

Ocena dobra

- sprawnie dodaje i odejmuje w zakresie 20 oraz stosuje własne strategie obliczeń
- rozszerza zakres liczbowy co najmniej do 100 i rozumie dziesiętkowy system zapisu liczb
- układa pytania i działania do sytuacji zadaniowych oraz wyjaśnia sposób rozwiązania
- odkrywa i kontynuuje regularności liczbowe, rytmiczne i geometryczne
- mierzy długość w centymetrach i posługuje się kilogramem, litrem, złotym i groszem w praktyce
- odczytuje pełne godziny i półgodziny, zna kolejność dni tygodnia i miesięcy
- rozpoznaje w otoczeniu prostopadłościan, sześciąt, kulę i walec

- sprawdza wynik obliczenia, wykorzystując działanie odwrotne lub ponowne przeliczenie

Ocena bardzo dobra

- bardzo sprawnie i samodzielnie stosuje wiadomości i umiejętności matematyczne przewidziane dla klasy
- sprawnie dodaje i odejmuje w zakresie 20 oraz stosuje przemienność dodawania i własne strategie obliczeń
- rozumie dziesiętkowy system zapisu liczb i sprawnie operuje liczbami co najmniej do 100
- samodzielnie układa pytania i działania do sytuacji zadaniowych oraz wyjaśnia sposób rozwiązania
- rozpoznaje i kontynuuje regularności liczbowe, rytmiczne i geometryczne
- sprawnie stosuje poznane jednostki miary i pieniądze w praktyce
- odczytuje pełne godziny i półgodziny oraz posługuje się kalendarzem
- sprawdza poprawność wyniku za pomocą działania odwrotnego lub innej strategii

Ocena celująca

- rozwiązuje nietypowe zadania otwarte i przedstawia kilka możliwych strategii lub rozwiązań
- wykonuje obliczenia w szerszym zakresie liczbowym zgodnie ze swoimi możliwościami
- samodzielnie tworzy zadania tekstowe, gry matematyczne i zagadki liczbowe
- uzasadnia zauważone prawidłowości i przewiduje kolejne elementy złożonych sekwencji
- planuje proste zakupy w ustalonym budżecie i oblicza wartość zakupów oraz resztę
- wykorzystuje rysunek, schemat, tabelę lub model do przedstawienia danych i rozwiązania problemu

Edukacja przyrodnicza

Ocena dopuszczająca

- rozpoznaje i nazywa wybrane rośliny i zwierzęta z najbliższego otoczenia
- obserwuje zmiany zachodzące w przyrodzie w kolejnych porach roku
- rozpoznaje podstawowe elementy pogody i dobiera ubiór do warunków atmosferycznych
- zna podstawowe potrzeby ludzi, zwierząt i roślin oraz wie, że istoty żywe wymagają opieki
- prowadzi prostą obserwację lub doświadczenie według instrukcji nauczyciela
- przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas kontaktu z przyrodą i nieznanymi substancjami
- segreguje odpady według podstawowych kategorii oraz oszczędza wodę i energię

Ocena dostateczna

- rozpoznaje i nazywa wybrane rośliny i zwierzęta z najbliższego otoczenia
- obserwuje i opisuje podstawowe zmiany zachodzące w przyrodzie w kolejnych porach roku
- rozpoznaje podstawowe elementy pogody i dobiera odpowiedni ubiór
- zna podstawowe potrzeby ludzi, zwierząt i roślin
- prowadzi prostą obserwację lub doświadczenie według instrukcji
- przestrzega zasad bezpieczeństwa podczas kontaktu z przyrodą
- segreguje odpady i podejmuje działania na rzecz oszczędzania wody i energii

Ocena dobra

- opisuje cechy i środowisko życia wybranych organizmów oraz wskazuje proste zależności między nimi
- stawia pytania badawcze, przewiduje wynik prostego doświadczenia i formułuje wnioski
- prowadzi kalendarz pogody i odczytuje proste symbole meteorologiczne
- wyjaśnia znaczenie wody, powietrza, światła i gleby dla życia
- rozpoznaje podstawowe części ciała człowieka i wskazuje zachowania służące zdrowiu
- orientuje się w najbliższej okolicy szkoły i domu oraz rozpoznaje charakterystyczne obiekty
- podejmuje działania na rzecz ochrony przyrody i potrafi wyjaśnić ich znaczenie

Ocena bardzo dobra

- bardzo dobrze i samodzielnie opisuje cechy oraz środowisko życia wybranych organizmów
- wskazuje proste zależności między organizmami i środowiskiem

- samodzielnie stawia pytania badawcze, przewiduje wynik doświadczenia i formułuje wniosek
- prowadzi kalendarz pogody i interpretuje podstawowe symbole meteorologiczne
- wyjaśnia znaczenie podstawowych elementów środowiska dla życia
- rozpoznaje części ciała człowieka i wskazuje zachowania sprzyjające zdrowiu
- podejmuje działania na rzecz ochrony przyrody i wyjaśnia ich znaczenie

Ocena celująca

- samodzielnie planuje prostą obserwację, dokumentuje jej przebieg i przedstawia wyniki
- wyszukuje informacje przyrodnicze w różnych źródłach i porównuje ich treść
- dostrzega bardziej złożone związki przyczynowo-skutkowe w przyrodzie
- proponuje rozwiązania ograniczające zużycie zasobów i ilość odpadów w klasie lub domu
- wykorzystuje mapę, plan, model albo aplikację do poznawania najbliższego środowiska

Edukacja społeczna i etyczna

Ocena dopuszczająca

- zna swoje imię i nazwisko, podstawowe dane o rodzinie oraz nazwę miejscowości i kraju
- rozpoznaje symbole narodowe i zachowuje właściwą postawę podczas ich prezentowania
- przestrzega ustalonych zasad klasowych i szkolnych oraz rozumie ich znaczenie
- rozpoznaje i nazywa podstawowe emocje oraz informuje o swoich potrzebach
- współpracuje w parze i małej grupie, wykonując przydzielone zadanie
- odróżnia zachowania bezpieczne, życzliwe i uczciwe od zachowań krzywdzących
- wie, do kogo zwrócić się o pomoc w sytuacji trudnej lub niebezpiecznej

Ocena dostateczna

- zna podstawowe informacje o sobie, rodzinie, miejscowości i kraju
- rozpoznaje symbole narodowe i właściwie zachowuje się podczas ich prezentowania
- przestrzega zasad obowiązujących w klasie i szkole
- rozpoznaje podstawowe emocje i informuje o swoich potrzebach
- współpracuje z innymi i wykonuje przydzielone zadanie
- odróżnia zachowania bezpieczne, życzliwe i uczciwe od krzywdzących
- wie, gdzie i u kogo szukać pomocy w sytuacji trudnej lub niebezpiecznej

Ocena dobra

- aktywnie uczestniczy w ustalaniu zasad, podejmuje proste decyzje grupowe i respektuje wspólne ustalenia
- wyraża opinię z szacunkiem, słucha odmiennego zdania i podejmuje próbę rozwiązania konfliktu rozmową
- rozpoznaje swoje mocne strony i wskazuje obszary, nad którymi chce pracować
- przyjmuje odpowiedzialność za własne zachowanie, naprawia wyrządzoną szkodę i przeprasza
- zna podstawowe prawa i obowiązki dziecka oraz ucznia
- opowiada o tradycjach rodzinnych, lokalnych i narodowych z poszanowaniem różnorodności
- podejmuje drobne działania pomocowe na rzecz klasy, szkoły lub otoczenia

Ocena bardzo dobra

- bardzo dobrze i samodzielnie uczestniczy w ustalaniu zasad oraz podejmowaniu prostych decyzji grupowych
- wyraża opinię z szacunkiem i słucha odmiennego zdania
- podejmuje próby konstruktywnego rozwiązywania konfliktów
- rozpoznaje swoje mocne strony i planuje pracę nad wybranymi obszarami

- przyjmuje odpowiedzialność za własne zachowanie i potrafi naprawić wyrządzoną szkodę
- zna prawa i obowiązki dziecka oraz ucznia
- szanuje tradycje rodzinne, lokalne i narodowe oraz podejmuje działania pomocowe

Ocena celująca

- pełni różne role w grupie, wspiera innych i pomaga organizować wspólne działanie
- analizuje proste dylematy moralne, przewiduje skutki decyzji i uzasadnia ocenę zachowania
- samodzielnie proponuje rozwiązania problemów zauważonych w klasie lub otoczeniu
- wykazuje inicjatywę, wytrwałość i odpowiedzialność w realizacji wspólnych celów
- dostrzega stereotypy i niesprawiedliwe traktowanie oraz reaguje w sposób bezpieczny i adekwatny

Edukacja plastyczna

Ocena dopuszczająca

- z pomocą wykonuje bardzo prostą pracę według wzoru
- posługuje się podstawowymi materiałami, korzystając ze wskazówek nauczyciela
- rozpoznaje nieliczne barwy i podstawowe kształty
- dba o porządek na stanowisku pracy po przypomnieniu
- przestrzega podstawowych zasad bezpieczeństwa podczas pracy

Ocena dostateczna

- wykonuje prostą pracę na określony temat
- stosuje poznane techniki plastyczne
- rozpoznaje podstawowe barwy, linie, kształty i faktury
- podejmuje próbę przedstawienia obserwacji, przeżyć lub pomysłów w pracy plastycznej
- z pomocą opowiada o własnej pracy

Ocena dobra

- samodzielnie realizuje temat pracy plastycznej
- dobiera typowe materiały i techniki do zadania
- przedstawia postacie, przedmioty i zjawiska w czytelny sposób
- zachowuje porządek i zasady bezpieczeństwa
- szanuje prace własne i innych osób

Ocena bardzo dobra

- twórczo i starannie przedstawia obserwacje, emocje i pomysły
- świadomie dobiera barwy, kształty, faktury i kompozycję
- łączy różne techniki plastyczne
- uzasadnia swoje wybory
- dokonuje prostej samooceny wykonanej pracy

Ocena celująca

- samodzielnie proponuje oryginalną koncepcję pracy
- eksperymentuje z materiałami i technikami
- twórczo rozwiązuje problem plastyczny
- prezentuje proces powstawania pracy
- wykorzystuje informację zwrotną i inspiruje innych

Edukacja muzyczna

.

Ocena dopuszczająca

- z pomocą uczestniczy w śpiewie i zabawach muzyczno-ruchowych
- odtwarza pojedyncze dźwięki lub prosty rytm po wielokrotnym powtórzeniu
- rozpoznaje podstawowe kontrasty muzyczne z pomocą nauczyciela
- przestrzega zasad bezpiecznego korzystania z prostych instrumentów

Ocena dostateczna

- śpiewa w grupie poznane piosenki
- odtwarza proste rytmy głosem, ruchem lub na instrumencie
- reaguje na tempo i dynamikę utworu
- uczestniczy w zabawach muzyczno-ruchowych

Ocena dobra

- poprawnie śpiewa w grupie i zachowuje rytm
- podejmuje próbę właściwej intonacji
- samodzielnie odtwarza proste rytmy
- rozpoznaje muzykę szybką i wolną, głośną i cichą, wysoką i niską

Ocena bardzo dobra

- śpiewa pewnie i wyraziście
- reaguje ruchem na charakter muzyki
- tworzy prosty akompaniament rytmiczny i ilustrację dźwiękową
- uważnie słucha utworów i opisuje własne odczucia

Ocena celująca

- tworzy własne rytmy, krótkie melodie, akompaniamenty lub układy ruchowe
- świadomie wykorzystuje środki muzyczne
- współtworzy występ lub działanie muzyczne
- potrafi wyjaśnić swoje rozwiązania

Edukacja techniczna

Ocena dopuszczająca

- z dużą pomocą wykonuje prosty przedmiot według wzoru
- ma trudność z planowaniem kolejności czynności, ale podejmuje pracę według instrukcji
- korzysta z podstawowych narzędzi z pomocą nauczyciela
- stara się wykonywać pracę bezpiecznie
- porządkuje stanowisko po przypomnieniu

Ocena dostateczna

- wykonuje prostą konstrukcję według instrukcji
- tnie, składa, łączy i klei materiały
- korzysta z podstawowych narzędzi w bezpieczny sposób
- z pomocą ocenia efekt wykonanej pracy
- utrzymuje porządek na stanowisku pracy

Ocena dobra

- samodzielnie planuje podstawowe etapy pracy
- dobiera typowe materiały do wykonywanego zadania
- poprawnie posługuje się narzędziami
- wykonuje funkcjonalny przedmiot
- potrafi ocenić trwałość i użyteczność wykonanej pracy

Ocena bardzo dobra

- starannie projektuje i wykonuje konstrukcję
- przewiduje kolejność działań
- dobiera materiały odpowiednio do funkcji przedmiotu
- testuje wykonaną pracę
- zauważa usterki i wprowadza poprawki

Ocena celująca

- samodzielnie rozwiązuje prosty problem konstrukcyjny
- tworzy własny projekt i testuje kilka rozwiązań
- uzasadnia wybór zastosowanego rozwiązania
- twórczo wykorzystuje materiały, także wtórne
- pracuje z zachowaniem zasad bezpieczeństwa

Edukacja informatyczna

Ocena dopuszczająca

- z dużą pomocą uruchamia wskazaną aplikację i wykonuje pojedyncze czynności
- podejmuje próby obsługi myszy, klawiatury lub ekranu
- wykonuje proste polecenia w poznanej aplikacji
- wymaga przypominania zasad bezpieczeństwa i higieny cyfrowej

Ocena dostateczna

- wykonuje proste zadania w poznanej aplikacji
- tworzy prosty rysunek lub krótki zapis
- układa prostą sekwencję poleceń z pomocą
- zna podstawowe zasady higieny cyfrowej

Ocena dobra

- samodzielnie posługuje się podstawowymi funkcjami urządzenia i aplikacji
- tworzy prosty tekst, rysunek, zdjęcie lub nagranie
- układa i realizuje prosty algorytm
- chroni swoje dane i przestrzega podstawowych zasad bezpieczeństwa

Ocena bardzo dobra

- celowo dobiera narzędzie cyfrowe do zadania
- zapisuje i odnajduje plik
- łączy tekst z obrazem lub dźwiękiem
- rozwiązuje proste problemy algorytmiczne
- rozpoznaje ryzykowne sytuacje w sieci

Ocena celująca

- twórczo wykorzystuje technologię do wykonania projektu
- programuje prostą sekwencję w środowisku wizualnym
- testuje i poprawia rozwiązanie
- wyjaśnia zasady bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z technologii

Edukacja ruchowa i zdrowotna

Ocena dopuszczająca

- uczestniczy w zabawach ruchowych, przestrzegając ustalonych zasad i dbając o bezpieczeństwo
- wykonuje podstawowe formy ruchu: marsz, bieg, skok, rzut, chwyt, czworakowanie i ćwiczenia równoważne
- reaguje na sygnały i potrafi zatrzymać się w bezpieczny sposób
- przyjmuje prawidłową pozycję podczas siedzenia, pisania i ćwiczeń
- dba o strój, higienę osobistą, nawodnienie, odpoczynek i zdrowe odżywianie
- rozpoznaje sygnały zmęczenia i informuje o złym samopoczuciu

Ocena dostateczna

- aktywnie uczestniczy w zabawach ruchowych, przestrzegając zasad bezpieczeństwa
- wykonuje podstawowe formy ruchu i ćwiczenia równoważne
- prawidłowo reaguje na sygnały i zatrzymuje się w bezpieczny sposób
- przyjmuje prawidłową pozycję podczas siedzenia, pisania i ćwiczeń
- dba o higienę, nawodnienie, odpoczynek i zdrowe odżywianie
- rozpoznaje zmęczenie i informuje o złym samopoczuciu

Ocena dobra

- sprawnie łączy podstawowe formy ruchu w prostych torach przeszkód i układach
- współdziała z partnerem i zespołem bez nadmiernej rywalizacji
- posługuje się przyborami, dostosowując siłę i kierunek ruchu
- wyjaśnia znaczenie codziennej aktywności fizycznej, snu, odżywiania i higieny
- stosuje zasady bezpiecznego zachowania podczas zajęć w sali, na boisku i w terenie
- podejmuje próbę samooceny wysiłku i postępu

Ocena bardzo dobra

- bardzo sprawnie łączy podstawowe formy ruchu w torach przeszkód i układach
- współdziała z partnerem i zespołem, ograniczając nadmierną rywalizację
- bezpiecznie i właściwie posługuje się przyborami
- wyjaśnia znaczenie aktywności fizycznej, snu, odżywiania i higieny
- stosuje zasady bezpieczeństwa w różnych miejscach aktywności
- dokonuje prostej samooceny wysiłku i postępu

Ocena celująca

- samodzielnie proponuje zabawę ruchową lub modyfikację ćwiczenia z zachowaniem bezpieczeństwa
- wykazuje wytrwałość, kontroluje emocje związane z wynikiem i wspiera innych uczestników

- łączy ruch z zadaniem poznawczym, rytmicznym lub zespołowym
- planuje prostą aktywność służącą zdrowiu i monitoruje jej realizację
- planuje pracę, dobiera środki i dokonuje krótkiej samooceny efektu oraz własnego zaangażowania