

# WYMAGANIA EDUKACYJNE KLASA 2

## EDUKACJA POLONISTYCZNA

### Słuchanie

- Słuchanie wypowiedzi nauczyciela
- Uważne słuchanie czytanych krótkich tekstów
- Słuchanie i wykonywanie poleceń

### Mówienie

- Swobodne, samorzutne wypowiadanie się całymi zdaniami. Używanie zdań oznajmujących, pytających i rozkazujących;
- Opowiadanie treści obrazków i historyjek obrazkowych; nadawanie tytułów pojedynczym obrazkom i historyjkom
- Opowiadanie własnymi słowami treści krótkich tekstów czytanek, baśni, legend.
- Układanie opowiadań twórczych, np. podawania innego zakończenia utworu, dalszych losów bohatera.
- Opisywanie przedmiotów z otoczenia lub przedstawionych na obrazku.
- Wygłaszanie z pamięci wierszy i krótkich fragmentów prozy.

### Czytanie

- Czytanie i dalsze doskonalenie umiejętności poprawnego czytania głośnego
- Czytanie całościowe wyrazów; płynne czytanie tekstów złożonych z krótkich zdań.
- Czytanie z uwzględnieniem znaków przestankowych: kropki, przecinka, pytajnika i wykrzyknika.
- Ciche czytanie ze zrozumieniem

### Pisanie

- Doskonalenie kształtu i czytelności pisma: poprawne łączenie liter w wyrazach, zachowanie proporcji liter wielkich i małych, rozmieszczanie liter i wyrazów w liniaturze; odstępy między wyrazami w zdaniu.
- Przepisywanie wyrazów i krótkich zdań; przepisywanie połączone z uzupełnianiem tekstu.
- Układanie wyrazów i zdań z rozsypanek sylabowych i wyrazowych.

- Pisanie z pamięci i ze słuchu wyrazów z określoną trudnością ortograficzną oraz krótkich tekstów, omówionych wcześniej na zajęciach
- Pisanie opowiadań na podstawie wydarzeń lub obrazów.
- Indywidualne pisanie życzeń, listów i zaproszeń.
- Tworzenie i pisanie swobodnych tekstów.

### **Ortografia**

- Pisanie wyrazów z ę i ą występujących w omawianych tekstach.
- Pisanie wyrazów ze zmiękczeniami i z utratą dźwięczności na końcu wyrazu (sad, chleb).
- Pisownia wyrazów z ó i rz wymiennym; tworzenie rodziny wyrazów dla uzasadnienia ich pisowni.
- Pisownia wyrazów z ó i rz niewymiennym oraz wyrazów z h.
- Rozdzielna pisownia przyimka z rzeczownikiem.
- Utrwalenie pisowni wyrazów wielką literą; początek zdania, imiona, nazwiska, nazwy miast, państw.
- Opanowanie alfabetu i praktyczne jego zastosowanie we wspólnym wyszukiwaniu wyrazów w słowniczku ortograficznym.

### **Kształcenie językowe**

- Rozpoznawanie zdań pojedynczych: oznajmujących, pytających, rozkazujących.
- Rozpoznawanie liter, głosek i sylab w wyrazie; wyrazów w zdaniu, spółgłosek i samogłosek.
- Rzeczowniki jako nazwy osób, zwierząt, roślin i rzeczy; rodzaje rzeczownika: męski, żeński, nijaki oraz liczby rzeczownika - pojedyncza, mnoga.
- Czasowniki jako wyrazy oznaczające czynności; liczby czasownika: pojedyncza, mnoga.
- Zgodność form rzeczownika i czasownika w liczbie.

### **Słownictwo**

- Systematyczne wzbogacanie czynnego słownictwa dziecka
- Wyszukiwanie wyrazów o podobnym lub przeciwnym znaczeniu; tworzenie łatwych wyrazów pochodnych; wyrazy wieloznaczne, np. zamek

# EDUKACJA MATEMATYCZNA

## Stosunki przestrzenne

- Utrwalanie umiejętności określania swojego usytuowania w przestrzeni.
- Określanie położenia przedmiotów względem obserwatora oraz względem innych obiektów.
- Ocenianie odległości między obiektami; mierzenie linijką niewielkich odległości.
- Używanie ze zrozumieniem przyimków, np.: za, pod, nad, od, do wewnątrz, na zewnątrz, obok, w, zz

## Rozumienie liczb i ich własności

### Liczby w zakresie 100

- Zapisywanie liczb cyframi - liczby dwucyfrowe;
- Porównywanie liczb i porządkowanie ich w ustalonej kolejności rosnącej bądź malejącej.
- Wskazywanie w liczbie cyfry dziesiątek i cyfry jedności.

### Rozszerzenie zakresu liczbowego do 1000

- Zapisywanie liczb trzycyfrowych cyframi.
- Wskazywanie w liczbie trzycyfrowej cyfr: jedności, dziesiątek, setek.
- Porównywanie liczb; porządkowanie ich w ustalone ciągi liczbowe: rosnące, malejące.

## Posługiwanie się liczbami

### Działania na liczbach w zakresie 100

- Dodawanie (odejmowanie) liczby jednocyfrowej do (od) liczby dwucyfrowej bez przekroczenia progu dziesiątkowego, np.

$20 + 4$ ,  $42 + 5$ ,  $68 + 2$  oraz  $23 - 3$ ,  $54 - 3$ ,  $60 - 5$ .

- Dodawanie (odejmowanie) liczby jednocyfrowej do (od) dwucyfrowej z przekroczeniem progu dziesiątkowego, np.

$26 + 8$ ,  $81 - 9$ .

- Dodawanie i odejmowanie liczb dwucyfrowych bez przekroczenia progu dziesiątkowego, np.  $20 + 30$ ,  $21 + 30$ ,  $21 + 35$

oraz  $60 - 20$ ,  $42 - 30$ ,  $95 - 43$ .

- Dodawanie i odejmowanie liczb dwucyfrowych z przekroczeniem progu dziesiątkowego, np.  $26 + 38$ ,  $42 - 15$ .

- Mnożenie i dzielenie liczb w zakresie tabliczki mnożenia do 50.

- Związek dodawania z odejmowaniem oraz mnożenia z dzieleniem; rozwiązywanie równań z niewiadomą w postaci okienka; ilustrowanie ich na grafach.

### **Działania na liczbach w zakresie 1000**

- Wykonywanie czterech działań arytmetycznych na liczbach trzycyfrowych bez przekraczania progu dziesiętkowego.

### **Czytanie tekstów matematycznych**

- Rozwiązywanie zadań tekstowych prostych i złożonych.
- Dokonywanie analizy treści zadań.
- Różne metody rozwiązywania zadań tekstowych.
- Przedstawianie struktury zadania tekstowego na rysunku schematycznym.

### **Pojęcia geometryczne**

- Rozróżnianie figur z grupy wielokątów: trójkąty, czworokąty, pięciokąty, sześciokąty; czynnościowe badanie ich cech; dostrzeganie ich kształtów w otoczeniu
- Wprowadzenie pojęć: trójkąt, kwadrat, prostokąt; badanie charakterystycznych cech tych figur; dostrzeganie cech wspólnych i cech różniących.
- Rysowanie odcinków o podanej długości; mierzenie długości wskazanych odcinków.

### **Zbiory**

- Kształcenie umiejętności grupowania przedmiotów według jednej cechy, dwóch lub kilku cech.
- Tworzenie zbiorów przedmiotów zgodnie z podanym warunkiem; ustalanie warunku spełnianego przez elementy wskazanego zbioru.
- Tworzenie zbiorów liczb, np. zbiór liczb jednocyfrowych, zbiór liczb dwucyfrowych, zbiór liczb parzystych (w aktualnie realizowanym zakresie liczbowym).

### **Pomiary**

#### **Czas kalendarzowy**

- Wymienianie nazw kolejnych dni tygodnia; kształcenie rozumienia, że tydzień to 7 dni
- Podawanie nazwy aktualnej pory roku.
- Wymienianie nazw kolejnych miesięcy; zapisywanie dat.
- Rozwiązywanie zadań na obliczanie upływu czasu kalendarzowego.

### **Czas zegarowy**

- Odczytywanie z tarczy zegarowej pełnych godzin w systemie 12-godzinnym; używanie określeń: piąta rano, piąta po południu; jedenasta w nocy itp.
- Zapoznanie z pojęciem minuty; odczytywanie godzin i minut w systemie 12-godzinnym, np. piętnaście minut po godzinie szóstej, za dwadzieścia minut godzina czwarta.
- Wprowadzenie pojęć: doba, godzina, minuta, kwadrans.
- Dokonywanie prostych obliczeń zegarowych.

### **Długość**

- Mierzenie długości różnych przedmiotów linijką, metrem krawieckim, stolarskim.
- Rysowanie i mierzenie długości odcinków.
- Porównywanie długości mierzonych odcinków.
- Wprowadzenie pojęcia metr.

### **Masa**

- Wprowadzenie pojęcia dekagram.
- Dokonywanie prostych obliczeń wagowych.

### **Pojemność**

- Odmierzanie płynów i używanie określeń: litr, pół litra, ćwierć litra.
- Proste obliczenia, w których występują pełne litry.

### **Temperatura**

- Odczytywanie wskazań termometru zaokienego i pokojowego.
- Obliczanie różnicy temperatur.

### **Obliczenia pieniężne**

- Rozumienie siły nabywczej poszczególnych monet i banknotów.
- Rozwiązywanie zadań na różnorodne obliczenia pieniężne.
- Rozumienie pojęć: cena, wartość zakupu, reszta.

## **EDUKACJA SPOŁECZNA**

### **Rozumienie środowiska społecznego**

#### **Dziecko jako jednostka społeczna**

- Dostrzeganie swojej indywidualności w sferze:

- fizycznej – dostrzeganie podobieństw i różnic w wyglądzie ludzi i ich fizycznej sprawności;
- zmysłowej – zdobywanie umiejętności wykorzystywania zmysłów w poznawaniu świata
- emocjonalnej – rozpoznawanie i nazywanie emocji wyrażanych przez siebie i przez innych ludzi
- intelektualnej – zdobywanie przeświadczenia, że umysł każdego człowieka to jego mądrość
- Poczucie własnej wartości – odkrywanie swoich możliwości w toku działania

### **Dziecko jako członek rodziny**

- Identyfikowanie się z rodziną i jej tradycjami
- Tworzenie życzliwych więzi rodzinnych:
- Podejmowanie i wypełnianie obowiązków domowych:
  - wypełnianie stałych obowiązków domowych bez przypominania;
  - utrzymywanie porządku w swoim pokoju; wspólne troszczenie się o estetykę mieszkania i otoczenia;
  - rozwijanie odpowiedzialności za podejmowane zobowiązania i powierzone obowiązki.

### **Dziecko jako członek społeczności szkolnej**

- **Dziecko jako uczeń:**
  - systematyczne poznawanie praw i obowiązków ucznia; pełnienie dyżurów w klasie; poszanowanie podręczników, przyborów szkolnych, wykonywanie powierzonych zadań edukacyjnych i organizacyjnych; odpowiednie zachowywanie się w klasie, w szatni, szkolnej świetlicy, bibliotece itp., poszanowanie wspólnego dobra
  - właściwe reagowanie emocjonalnego na sukces lub porażkę.

### • **Dziecko jako członek społeczności klasowej:**

- relacje między rówieśnikami– przestrzeganie kulturalnego odnoszenia się do siebie nawzajem, stosowanie zwrotów grzecznościowych
- sprawianie radości innym dzieciom, składanie im życzeń imieninowych, wykonanych osobiście upominków;
- unikanie zachowań agresywnych w kontaktach z rówieśnikami;
- poszanowanie cudzej własności

### **Orientacja w czasie historycznym**

#### **Wiedza o kraju ojczystym**

- Rozumienie nazwy swego kraju, jego stolicy, barw, godła i hymnu narodowego; rozpoznawanie herbu Warszawy
- Poznawanie polskich legend i rocznic ważniejszych wydarzeń historycznych.

- Zdobywanie informacji o życiu wielkich Polaków, z których jesteśmy dumni.
- Zapoznanie z wybranymi zwyczajami i tradycjami polskimi.

## **EDUKACJA PRZYRODNICZA**

### **Rozumienie środowiska przyrodniczego**

- obserwowanie wzrostu i rozwoju rośliny – hodowla, poznawanie warunków koniecznych do życia roślin (światło, woda, powietrze, tlen);
- prowadzenie kalendarza pogody;
- prowadzenie eksperymentu przyrodniczego
- rozróżnianie i podawanie nazw warzyw (marchew, pietruszka, burak, sałata, kapusta, cebula, kalafior, dynia, fasola, pomidor); wymienianie nazw ich części (korzeń, liście, łodyga, kwiat, owoc) oraz wskazywanie części jadalnych; wartości odżywcze warzyw; surówki; różne sposoby przechowywania warzyw (suszenie, kiszenie, zamrażanie, przesypywanie piaskiem), przetwory (soki, sałatki, przeciery);
- poznawanie chwastów (oset, pokrzywa, skrzyp, perz)
- szkodniki roślin: mszyce, pędraki, ślimaki;
- zwierzęta pożyteczne: biedronki, żaby, jeże.
- rozpoznawanie i podawanie nazw drzew owocowych (jabłoń, grusza, śliwa, brzoskwinia) i krzewów owocowych (agrest, malina, porzeczka);
- sposoby zbierania i przechowywania owoców; higiena spożywania owoców; wartości odżywcze; sałatki owocowe; przetwory (kompoty, dżemy, soki); rola witamin w rozwoju organizmu
- rozpoznawanie po liściach i owocach wybranych drzew liściastych (np. jarzębina, kasztanowiec, dąb, klon, brzoza, wierzba) oraz drzew iglastych (jodła, modrzew);
- odlot ptaków (np. żurawi);
- poznanie zwierząt żyjących w naturalnym środowisku
- zwierzęta hodowane przez człowieka
- zmiany w wyglądzie zwierząt zimą (gęstnienie sierści, zmiana jej koloru);
- poznawanie zwierząt
- życie roślin i zwierząt żyjących w środowisku wodnym
- wiosenne prace w polu: orka, siew.
- zapoznanie się ze sposobem, w jaki pszczoły wytwarzają miód.
- wiosenne rośliny kwiatowe (przebiśnieg, zawilec, fiołek, konwalia); poznawanie roślin chronionych
- zwierzęta spotykane na łące: zając, mysz, liczne owady, niektóre ptaki

– zwierzęta hodowane przez człowieka (ssaki: krowa, owca, koza, koń, świnia, królik; nazwa i wygląd zwierząt dorosłych i młodych gęś, kaczka, indyk; sposób odżywiania się zwierząt; ich znaczenie dla człowieka; wartość odżywcza mięsa, ja

- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa obowiązujących w klasie i w szkole.

technicznego, fizycznego.

- przestrzeganie zasad ruchu drogowego dla pieszych.
- ważne telefony i inne sposoby zawiadamiania o zagrożeniach i wypadkach.

### **Rozumienie przestrzeni geograficznej**

- Zapoznanie z mapą fizyczną Polski; odczytywanie podstawowych znaków kartograficznych; legenda mapy.
- Wskazywanie na mapie fizycznej granic Polski, głównych miast, rzek.
- Zapoznanie z wybranymi krainami geograficznymi Polski
- Rozumienie konieczności ochrony środowiska naturalnego; oszczędzania wody, elektryczności; zbierania surowców wtórnych; segregowanie odpadów;

## **EDUKACJA PLASTYCZNA**

### **Percepcja sztuki – odbiór wypowiedzi i wykorzystywanie informacji**

- Rodzaje faktur: puszysta, miękka, gładka, kosmata; łączenie faktur podobnych i kontrastowych
- Usytuowanie obiektów w przestrzeni: na środku kartki, wysoko, na dole, na lewo, od prawej strony; stojący, siedzący, leżący ,jadący, biegnący, fruujący, klęczący, pochylony nad...
- Oddalenie obiektów: dalej niż..., bliżej tego..., tak samo daleko jak...
- Rozróżnianie barw: biała, czarna, szara, szarobrunatna, czerwona, niebieskoszara, zielonoszara; barwy ciepłe: różowa, czerwona, pomarańczowa; barwy zimne: niebieska, zielona, szarozielona
- Znaczenie kolorystyki w obrazie.

### **Ekspresja przez sztukę – tworzenie wypowiedzi**

#### **Rysunek**

- Rysowanie ołówkiem, kredkami świecowymi, lawowanie tuszem, rysowanie świecą lub kredą na czarnym tle.
- Rysowanie z wyobraźni, z pamięci, z pokazu.



- Rysowanie pojedynczych przedmiotów, zwierząt, roślin, postaci, zjawisk.
- Rysowanie scen związanych z własnymi przeżyciami oraz z treścią znanych dziecku tekstów literackich.
- Wyznaczanie linią konturów postaci i przedmiotów.
- Przedstawianie ruchu za pomocą kreski.
- Tworzenie abstrakcyjnych układów za pomocą linii.

### **Malarstwo**

- Używanie pędzla szczecinowego płaskiego i farb kryjących (plakatówki, tempery, ).
- Malowanie barwnych plam; dopatrywanie się rozmaitych fantastycznych stworów w plamach rozlanej na kartce farby, tworzenie plam symetrycznych poprzez zginanie kartki.
- Wykonywanie prac o tematyce abstrakcyjnej z wykorzystaniem zestawu różnorodnych plam.
- Poznawanie i podawanie nazw barw podstawowych: czerwona – żółta – niebieska; tworzenie barw pochodnych.
- Przedstawianie wydarzeń realnych i fantastycznych.
- Przedstawianie scen inspirowanych przez przeżycia, marzenia, pory roku, opowiadania, utwory literackie, oglądane filmy

itp.; dbałość o zagospodarowanie całej płaszczyzny kartki.

### **Kształtowanie wytworów płaskich i przestrzennych**

- Wykonywanie papierowych wycinanek i wydzieranek.
- Tworzenie metodą origami.
- Wykonywanie wytworów z materiałów przyrodniczych (kasztanów, żołędzi, szyszek, patyków, trawy, jarzębiny itp.).
- Lepienie z gliny, masy solnej, plasteliny, modeliny.
- Wykonywanie przedmiotów użytecznych: kukiełek, maskotek, ozdób, ubiorów dla l

## **EDUKACJA TECHNICZNA**

### **Planowanie i organizacja pracy podczas montażu wytworów technicznych**

- Odpowiednie przygotowanie miejsca pracy.
- Wykonanie zaplanowanych wytworów z pojedynczych materiałów (wycinanki, ozdoby choinkowe), z gotowych elementów

- Dbanie o ład i porządek w miejscu pracy.
- Wykazywanie twórczej inwencji podczas tworzenia swojego dzieła.

### **Zapoznanie z cechami wybranych materiałów**

- Zapoznanie z właściwościami materiałów: miękki – twardy, gładki – chropowaty, giętki – łamliwy, lśniący – matowy
- Poznanie sposobów łączenia materiałów: zszywanie, sklejanie, zbijanie, spinanie, zaginanie

Bezpieczne korzystanie z domowych urządzeń technicznych

- Bezpieczne korzystanie z urządzeń, szczególnie elektrycznych; wskazywanie zagrożeń wynikających z niewłaściwego ich użytkowania.

### **Budzenie zainteresowania techniką**

- Poznanie historii wybranych wynalazków, np. od pióra gęsiego do długopisu; od łączywa do żarówki.
- Rodzajami maszyn i urządzeń: transportowych (samochody, samoloty, helikoptery, statki, łodzie), wytwórczych (narzędzia i przyrządy), informatycznych (telefon, komputer, MP3).
- Rodzaje budowli: domy mieszkalne, fabryki, biurowce, wieże itp.

## **EDUKACJA MUZYCZNA**

### **Percepcja muzyki – słuchanie**

- Percepcja elementów muzyki.
- Rozpoznawanie brzmienia instrumentów niemelodycznych i melodycznych (fletu, fortepianu, skrzypiec); zapoznanie z elementarną budową tych instrumentów.
- Wyróżnianie w melodii i rytmie powtórzeń, kontrastów.
- Rozpoznawanie głosów ludzkich: sopran i bas.

### **Ekspresja muzyczna – śpiew**

- Rytmiczne recytowanie tekstów poprawne fonetycznie i zróżnicowane pod względem tempa, dynamiki, artykulacji, intonacji i barwy głosu.
- Zbiorowe i indywidualne śpiewanie poznanych piosenek
- Śpiewanie gamy z odpowiednimi słowami, np. Słonko wschodzi coraz wyżej, a zachodzi coraz niżej.
- Realizowanie ruchem wartości nut: półnuty, ćwierćnuty, ósemki, pauzy ćwierćnotowej.
- Zabawy ze śpiewem; inscenizowanie piosenek, tańce regionalne (krakowiak).

### **Tworzenie rytmu**

- Wypowiadanie krótkich tekstów ze zmianą tempa, dynamiki, artykulacji i intonacji głosu
- Powtarzanie tematów rytmicznych w formie echa: klaskanie, stukanie, recytacja, ruch, gra na instrumentach

### **Tworzenie melodii**

- Improwizowanie melodii na dzwonkach i innych instrumentach.

Improwizowanie ruchu

- Swobodne interpretowanie ruchem piosenek i utworów instrumentalnych.

Tworzenie form muzycznych

- Rysowanie i malowanie ilustracji do słuchanej melodii, piosenki.
- Tworzenie własnych układów tanecznych do utworu muzycznego.

Nauka wybranych tańców ludowych

### **Gra na instrumentach**

- Granie na instrumentach perkusyjnych, niemelodycznych: grzechotce, bębenku, trójkącie, tamburynie, kołatce, kastanietach.
- Granie fragmentów piosenek lub całych prostych melodii

Zapisywanie dźwięków

- Korzystanie z wybranego zapisu melodii w czasie gry na instrumencie: dzwonkach, ksylofonie, flecie podłużnym, flażolecie– fleciku polskim

## **WYCHOWANIE FIZYCZNE**

- Strój sportowy na zajęciach
- Stosowanie rozgrzewki przed wykonywaniem ćwiczeń fizycznych.
- Świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń. Postawa sportowa
- Sprawność fizyczna

### **Zabawy i gry ruchowe**

#### **Ćwiczenia porządkowe**

- Ustawianie się w kolumnie pojedynczej, w szeregu i w kolumnie dwójkowej.
- Krycie i równanie.

- Rytmiczny marsz w miejscu z głośnym liczeniem i klaskaniem.

### **Ćwiczenia kształtujące**

- Ćwiczenia ramion: w siadzie klęcznym – krążenie ramion ugiętych i wyprostowanych („Mały i duży wiatrak”); w siadzie klęcznym lub w staniu – luźne wymachy obu ramion w tył, huśtawka; w siadzie skrzyżnym, klęcznym lub rozkrocznym – pionowy skurcz ramion i wyprostny w bok, w dół, na skos; klaskanie.
- Ćwiczenia nóg: w staniu – rytmiczne wspięcie i opuszczanie pięt („Sprężynka”); rytmiczne półprzysiady („Sprężynowy pajacyk”); siad skrzyżny – wstawanie z siadu skrzyżnego bez pomocy rąk; podskoki zwarte w przód, w bok, w tył; tupanie nogami w różnym tempie („Grzmot”).
- Ćwiczenia stóp: powtórzenie ćwiczeń z klasy pierwszej oraz w siadzie toczenie piłeczki palcami stopy.
- Ćwiczenia tułowia:
  - skłony w przód: z siadu klęcznego („Nurkująca kaczka”); z przysiadu podpartego („Koci grzbiet”); w siadzie rozkrocznym
  - skłony w przód z zamachem ramion („Wbijanie gwoździ”); w rozkroku – skłon tułowia w przód; w siadzie skrzyżnym
  - ruchy przybijania pięścią w pięść i szerokie rozciąganie ramion w bok („Szewc szyje dratwą”);
  - skłony w tył w leżeniu przodem: skłony głowy i potakiwanie; toczenie piłeczki z jednej ręki do drugiej; wytrzymywanie krótkotrwałej pozycji skłonu w tył z ramionami w bok („Samolot”);
  - ćwiczenia mięśni brzucha: w leżeniu tyłem – chodzenie dużymi krokami w powietrzu; w siadzie skrzyżnym z chwytem za stopy – padanie na plecy i z powrotem („Kołyska”); z leżenia tyłem o nogach zgiętych (stopy podparte o podłogę) – na przemian wyprostny nóg, wznoszenie nóg do góry i klaskanie pod nogami;
  - skłony w bok: w siadzie skrzyżnym, klęcznym – płynne skłony na lewo i na prawo („Łódka na falach”, „Zegar ścienny”); w siadzie okrącznym na ławeczce – zrzucanie woreczka z głowy przez silny skłon w bok;
  - skręty: w siadzie skrzyżnym – skręt tułowia w lewo z lewą ręką, w prawo z prawą ręką; układanie woreczka jedną ręką daleko poza sobą i zabieranie drugą ręką.

### **Ćwiczenia użytkowe**

- Ćwiczenia równowagi bez przyrządów: podnoszenie woreczka na stopie; we wspięciu – szybkie wirowanie z dreptaniem dookoła swojej osi, na sygnał zatrzymanie się we wspięciu („Bąk”); w staniu na jednej nodze pokazywanie ściany drugą nogą.
- Ćwiczenia równowagi na przyrządzie: przejście przodem po belce, listwie ławeczki; przejście tyłem po ławeczce.
- Ćwiczenia zwinności: z przysiadu podpartego („Wierżanie konika”); szybka zmiana przybieranych pozycji: siad skrzyżny

– powrót do stania; przysiad podparty – klęk.

- Zwisy i podpory: wspinanie się i przechodzenie pod różnymi przeszkodami („Skoki zajęcze”, „Skoki żabek przez rów”).
- Rzuty: piłeczkami (prawą i lewą ręką), szyszkami do tarczy; w parach – doskonalenie rzutów i chwytów piłeczki.
- Skoki: zeskok w głąb z wysokości 40 cm do przysiadu podpartego; skok w dal z rozbiegu z doskokiem na dwie nogi; skok wzwyż do 50 cm; przeskok zawrotny przez ławeczkę.

### **Ćwiczenia muzyczno-ruchowe**

- Zabawy ze śpiewem.
- Zabawy rytmiczne – chód, bieg, zmiana kierunku na komendę.
- Korowody – elementy krakowiaka (cwał); krok poleczki.
- Tańce regionalne.

### **Sporty**

- Nauka pływania (jeżeli pozwolą na to warunki)
- Minigry z piłką