

ZESZYT 1



Anna Rogacka

Edukacja zdrowotna w podstawie programowej

Przedszkole • Szkoła podstawowa: klasy I–III

Anna Rogacka

Edukacja zdrowotna w podstawie programowej

Przedszkole • Szkoła podstawowa: klasy I–III

Ośrodek Rozwoju Edukacji

Warszawa 2019

Wybór tekstów z podstawy programowej

Anna Rogacka

Konsultacja merytoryczna

Wydział Wychowania i Profilaktyki

Zespół ds. Promocji Zdrowia

Valentina Todorovska-Sokołowska

Redakcja i korekta

Elżbieta Gorazińska

Projekt okładki, layout,

redakcja techniczna i skład

Wojciech Romerowicz

Fotografia na okładce: © massonforstock/Bank zdjęć Photogenica

© Ośrodek Rozwoju Edukacji

Warszawa 2019

Wydanie I

ISBN 978-83-66047-70-9

Ośrodek Rozwoju Edukacji

Aleje Ujazdowskie 28

00-478 Warszawa

tel. 22 345 37 00

www.ore.edu.pl

Wprowadzenie

Wymagania dotyczące edukacji zdrowotnej w przedszkolu i na I etapie edukacyjnym reguluje *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 14 lutego 2017 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz podstawy programowej kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym, kształcenia ogólnego dla branżowej szkoły I stopnia, kształcenia ogólnego dla szkoły specjalnej przysposabiającej do pracy oraz kształcenia ogólnego dla szkoły policealnej* (Dz.U. z dnia 14 lutego 2017 r., poz. 356).

Niniejszy dokument obejmuje zestawienie wybranych wymagań ogólnych i szczegółowych oraz fragmentów podstawy programowej kształcenia ogólnego dotyczących edukacji zdrowotnej, które mogą być pomocne w jej realizacji.

Podstawa programowa wychowania przedszkolnego dla przedszkoli, oddziałów przedszkolnych w szkołach podstawowych oraz innych form wychowania przedszkolnego

Załącznik nr 1 do rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej

Przedszkole

Celem wychowania przedszkolnego jest wsparcie całościowego rozwoju dziecka. Wspieranie odbywa się w procesie opieki, wychowania oraz nauczania – uczenia się, ułatwiającym dziecku odkrywanie własnych możliwości, sensu działania oraz gromadzenie doświadczeń na drodze prowadzącej do prawdy, dobra i piękna. W wyniku takiego oddziaływania dziecko osiąga dojrzałość sprzyjającą podjęciu nauki na pierwszym etapie edukacji.

Zadania przedszkola

1. Wspieranie wielokierunkowej aktywności dziecka poprzez organizację warunków sprzyjających nabywaniu doświadczeń w fizycznym, emocjonalnym, społecznym i poznawczym obszarze jego rozwoju.
2. Tworzenie warunków umożliwiających dzieciom swobodny rozwój, zabawę i odpoczynek w poczuciu bezpieczeństwa.
6. Wzmacnianie poczucia wartości, indywidualności, oryginalności dziecka oraz potrzeby tworzenia relacji osobowych i uczestnictwa w grupie.

7. Tworzenie sytuacji sprzyjających rozwojowi nawyków i zachowań prowadzących do samodzielności, dbania o zdrowie, sprawności ruchowej i bezpieczeństwa, w tym bezpieczeństwa w ruchu drogowym.
8. Przygotowywanie do rozumienia emocji, uczuć własnych i innych ludzi oraz dbanie o zdrowie psychiczne, realizowane m.in. z wykorzystaniem naturalnych sytuacji, pojawiających się w przedszkolu, oraz sytuacji zadaniowych, uwzględniających treści adekwatne do intelektualnych możliwości i oczekiwań rozwojowych dzieci.
9. Tworzenie warunków pozwalających na bezpieczną, samodzielną eksplorację otaczającej dziecko przyrody, stymulujących rozwój wrażliwości i umożliwiających poznanie wartości oraz norm odnoszących się do środowiska przyrodniczego, adekwatnych do etapu rozwoju dziecka.
10. Tworzenie warunków umożliwiających bezpieczną, samodzielną eksplorację elementów techniki w otoczeniu, konstruowanie, majsterkowanie, planowanie i podejmowanie intencjonalnego działania, prezentowanie wytworów swojej pracy.
11. Współdziałanie z rodzicami, różnymi środowiskami, organizacjami i instytucjami, uznanymi przez rodziców za źródło istotnych wartości, na rzecz tworzenia warunków umożliwiających rozwój tożsamości dziecka.
12. Kreowanie, wspólne z wymienionymi podmiotami, sytuacji prowadzących do poznania przez dziecko wartości i norm społecznych, których źródłem jest rodzina, grupa w przedszkolu, inne dorosłe osoby, w tym osoby starsze, oraz rozwijania zachowań wynikających z wartości możliwych do zrozumienia na tym etapie rozwoju.
13. Systematyczne uzupełnianie, za zgodą rodziców, realizowanych treści wychowawczych o nowe zagadnienia, wynikające z pojawienia się w otoczeniu dziecka zmian i zjawisk istotnych dla jego bezpieczeństwa i harmonijnego rozwoju.

Osiągnięcia dziecka na koniec wychowania przedszkolnego

- I. Fizyczny obszar rozwoju dziecka. Dziecko przygotowane do podjęcia nauki w szkole:
 - 4) komunikuje potrzebę ruchu, odpoczynku itp.;
 - 5) uczestniczy w zabawach ruchowych, w tym rytmicznych, muzycznych, naśladowczych, z przyborami lub bez nich; wykonuje różne formy ruchu: bieżne, skoczne, z czworakowaniem, rzutne;
 - 8) wykonuje podstawowe ćwiczenia kształtujące nawyk utrzymania prawidłowej postawy ciała;
 - 9) wykazuje sprawność ciała i koordynację w stopniu pozwalającym na rozpoczęcie systematycznej nauki czynności złożonych, takich jak czytanie i pisanie.
- II. Emocjonalny obszar rozwoju dziecka. Dziecko przygotowane do podjęcia nauki w szkole:
 - 1) rozpoznaje i nazywa podstawowe emocje, próbuje radzić sobie z ich przeżywaniem;

- 2) szanuje emocje swoje i innych osób;
 - 3) przeżywa emocje w sposób umożliwiający mu adaptację w nowym otoczeniu, np. w nowej grupie dzieci, nowej grupie starszych dzieci, a także w nowej grupie dzieci i osób dorosłych;
 - 6) rozróżnia emocje i uczucia przyjemne i nieprzyjemne, ma świadomość, że odczuwają i przeżywają je wszyscy ludzie;
 - 7) szuka wsparcia w sytuacjach trudnych dla niego emocjonalnie; wdraża swoje własne strategie, wspierane przez osoby dorosłe lub rówieśników;
 - 8) zauważa, że nie wszystkie przeżywane emocje i uczucia mogą być podstawą do podejmowania natychmiastowego działania, panuje nad nieprzyjemną emocją, np. podczas czekania na własną kolej w zabawie lub innej sytuacji;
 - 9) wczuwa się w emocje i uczucia osób z najbliższego otoczenia.
- III. Społeczny obszar rozwoju dziecka. Dziecko przygotowane do podjęcia nauki w szkole:
- 1) przejawia poczucie własnej wartości jako osoby, wyraża szacunek wobec innych osób i przestrzegając tych wartości, nawiązuje relacje rówieśnicze;
 - 2) odczuwa i wyjaśnia swoją przynależność do rodziny, narodu, grupy przedszkolnej, grupy chłopców, grupy dziewczynek oraz innych grup, np. grupy teatralnej, grupy sportowej;
 - 5) ocenia swoje zachowanie w kontekście podjętych czynności i zadań oraz przyjętych norm grupowych; przyjmuje, respektuje i tworzy zasady zabawy w grupie, współdziała z dziećmi w zabawie, pracach użytecznych, podczas odpoczynku;
 - 6) nazywa i rozpoznaje wartości związane z umiejętnościami i zachowaniami społecznymi, np. szacunek do dzieci i dorosłych, szacunek do ojczyzny, życzliwość okazywana dzieciom i dorosłym – obowiązkowość, przyjaźń, radość;
 - 7) respektuje prawa i obowiązki swoje oraz innych osób, zwracając uwagę na ich indywidualne potrzeby;
 - 8) obdarza uwagą inne dzieci i osoby dorosłe;
 - 9) komunikuje się z dziećmi i osobami dorosłymi, wykorzystując komunikaty werbalne i pozawerbalne; wyraża swoje oczekiwania społeczne wobec innego dziecka, grupy.
- IV. Poznawczy obszar rozwoju dziecka. Dziecko przygotowane do podjęcia nauki w szkole:
- 1) wyraża swoje rozumienie świata, zjawisk i rzeczy znajdujących się w bliskim otoczeniu za pomocą komunikatów pozawerbalnych: tańca, intencjonalnego ruchu, [...] konstrukcji i modeli z tworzyw i materiału naturalnego;
 - 2) wyraża swoje rozumienie świata, zjawisk i rzeczy znajdujących się w bliskim otoczeniu za pomocą języka mówionego, [...] poprawnie wypowiada ciche i głośne dźwięki mowy [...];

- 18) posługuje się pojęciami dotyczącymi zjawisk przyrodniczych, np.[...] dotyczącymi życia zwierząt, roślin, ludzi w środowisku przyrodniczym, korzystania z dóbr przyrody [...].

Warunki i sposób realizacji

1. Zgodnie z zapisami dotyczącymi zadań przedszkola nauczyciele organizują zajęcia wspierające rozwój dziecka [...]. Ważne są zatem zajęcia kierowane, jak i czas spożywania posiłków, czas przeznaczony na odpoczynek i charakter tego odpoczynku, uroczystości przedszkolne, wycieczki, ale i ubieranie, rozbieranie. Bardzo ważna jest samodzielna zabawa.
2. Przedstawione w podstawie programowej naturalne obszary rozwoju dziecka wskazują na konieczność uszanowania typowych dla tego okresu potrzeb rozwojowych, których spełnieniem powinna stać się dobrze zorganizowana zabawa, zarówno w budynku przedszkola, jak i na świeżym powietrzu. Naturalna zabawa dziecka wiąże się z doskonaleniem motoryki i zaspokojeniem potrzeby ruchu, dlatego organizacja zajęć na świeżym powietrzu powinna być elementem codziennej pracy z dzieckiem w każdej grupie wiekowej.
3. Nauczyciele, organizując zajęcia kierowane, biorą pod uwagę możliwości dzieci, ich oczekiwania poznawcze i potrzeby wyrażania swoich stanów emocjonalnych, komunikacji oraz chęci zabawy. Wykorzystują każdą naturalnie pojawiającą się sytuację edukacyjną prowadzącą do osiągnięcia dojrzałości szkolnej.
7. Organizacja zabawy, nauki i wypoczynku w przedszkolu oparta jest na rytmie dnia, czyli powtarzających się systematycznie fazach, które pozwalają dziecku na stopniowe zrozumienie pojęcia czasu i organizacji oraz dają poczucie bezpieczeństwa i spokoju, zapewniając mu zdrowy rozwój.
8. Pobyt w przedszkolu jest czasem wypełnionym zabawą, która pod okiem specjalistów tworzy pole doświadczeń rozwojowych budujących dojrzałość szkolną. Nauczyciele zwracają uwagę na konieczność tworzenia stosownych nawyków ruchowych u dzieci, które będą niezbędne, aby rozpocząć naukę w szkole, a także na rolę poznawania wielozmysłowego. Szczególne znaczenie dla budowy dojrzałości szkolnej mają zajęcia rytmiki, które powinny być prowadzone w każdej grupie wiekowej oraz gimnastyki, ze szczególnym uwzględnieniem ćwiczeń zapobiegających wadom postawy.
10. Przygotowanie dzieci do posługiwania się językiem obcym nowożytnym powinno być włączone w różne działania realizowane w ramach programu wychowania przedszkolnego i powinno odbywać się przede wszystkim w formie zabawy.
13. Elementem przestrzeni w przedszkolu są odpowiednio wyposażone miejsca przeznaczone na odpoczynek dzieci (leżak, materac, mata, poduszka), jak również elementy wyposażenia odpowiednie dla dzieci ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi.

14. Estetyczna aranżacja wnętrza umożliwia celebrowanie posiłków (kulturalne, spokojne ich spożywanie połączone z nauką posługiwania się sztucami), a także możliwość wybierania potraw przez dzieci (walory odżywcze i zdrowotne produktów), a nawet ich komponowania.
15. Aranżacja wnętrza umożliwia dzieciom podejmowanie prac porządkowych, np. po i przed posiłkami, po zakończonej zabawie, przed wyjściem na spacer.

Podstawa programowa kształcenia ogólnego dla szkoły podstawowej, w tym dla uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu umiarkowanym lub znacznym

Załącznik nr 2 do rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej

Szkoła podstawowa

Klasy I–III (edukacja wczesnoszkolna – I etap edukacyjny)

Kształcenie w szkole podstawowej stanowi fundament wykształcenia, a ważną rolę w kształceniu i wychowaniu uczniów na tym etapie odgrywa edukacja zdrowotna. Zadaniem szkoły jest więc kształtowanie prozdrowotnych postaw uczniów, w tym wdrożenie ich do zachowań higienicznych, bezpiecznych dla zdrowia własnego i innych osób, a ponadto ugruntowanie wiedzy z zakresu prawidłowego odżywiania się, korzyści płynących z aktywności fizycznej, a także stosowania profilaktyki.

Szkolny zestaw programów nauczania oraz program wychowawczo-profilaktyczny szkoły tworzą spójną całość i muszą uwzględniać wszystkie wymagania opisane w podstawie programowej. Ich przygotowanie i realizacja są zadaniem zarówno całej szkoły, jak i każdego nauczyciela.

Cele kształcenia – wymagania ogólne

Celem edukacji wczesnoszkolnej jest wspieranie całościowego rozwoju dziecka. Szkoła respektuje podmiotowość ucznia w procesie budowania indywidualnej wiedzy oraz przechodzenia z wieku dziecięcego do okresu dorastania. Cele kształcenia uczeń osiąga w procesie wychowania i kształcenia przez rozwój prostych czynności praktycznych i intelektualnych w czynności bardziej złożone.

- I. W zakresie fizycznego obszaru rozwoju uczeń osiąga: sprawności motoryczne i sensoryczne tworzące umiejętność skutecznego działania i komunikacji; świadomość zdrowotną w zakresie higieny, pielęgnacji ciała, odżywiania się i trybu

życia; umiejętność wykorzystania własnej aktywności ruchowej w różnych sferach działalności człowieka: zdrowotnej, sportowej, obronnej, rekreacyjnej [...]; umiejętność organizacji bezpiecznych zabaw i gier ruchowych.

- II. W zakresie emocjonalnego obszaru rozwoju uczeń osiąga: umiejętność rozpoznawania i rozumienia swoich emocji i uczuć oraz nazywania ich; umiejętność rozpoznawania, rozumienia i nazywania emocji oraz uczuć innych osób; potrzebę tworzenia relacji; umiejętność przedstawiania swych emocji i uczuć przy pomocy prostej wypowiedzi ustnej lub pisemnej [...]; świadomość przeżywanych emocji i umiejętność panowania nad nimi oraz wyrażania ich w sposób umożliwiający współdziałanie w grupie oraz adaptację w nowej grupie; umiejętność odczuwania więzi uczuciowej i potrzebę jej budowania, w tym więzi z rodziną, społecznością szkoły i wspólnotą narodową;
- III. W zakresie społecznego obszaru rozwoju uczeń osiąga: umiejętność tworzenia relacji, współdziałania, współpracy oraz samodzielnej organizacji pracy w małych grupach, w tym organizacji pracy przy wykorzystaniu technologii; umiejętność samodzielnego wyrażania swoich oczekiwań i potrzeb społecznych; umiejętność obdarzania szacunkiem koleżanek, kolegów i osób dorosłych, w tym starszych, oraz okazywania go za pomocą prostych form wyrazu oraz stosownego zachowania; umiejętność samodzielnej organizacji czasu przeznaczonego na odpoczynek indywidualny i w grupie; umiejętność dbania o bezpieczeństwo własne i innych uczestników grupy, w tym bezpieczeństwo związane z komunikacją za pomocą nowych technologii oraz bezpieczeństwo uczestnictwa w ruchu drogowym.
- IV. W zakresie poznawczego obszaru rozwoju uczeń osiąga: umiejętność stawiania pytań, dostrzegania i rozwiązywania problemów.

Treści kształcenia dla poszczególnych przedmiotów

Edukacja polonistyczna

1. Osiągnięcia w zakresie słuchania. Uczeń:
 - 1) słucha z uwagą wypowiedzi nauczyciela, innych osób z otoczenia w różnych sytuacjach życiowych, wymagających komunikacji i wzajemnego zrozumienia; okazuje szacunek wypowiadającej się osobie;
 - 5) słucha i czeka na swoją kolej, panuje nad chęcią nagłego wypowiedziania się, szczególnie w momencie wskazywania tej potrzeby przez drugą osobę.
2. Osiągnięcia w zakresie mówienia. Uczeń:
 - 7) dobiera stosowną formę komunikacji werbalnej i własnego zachowania, wyrażającą empatię i szacunek do rozmówcy.
6. Osiągnięcia w zakresie samokształcenia. Uczeń:
 - 3) wykorzystuje nabyte umiejętności do rozwiązywania problemów i eksploracji świata, dbając o własny rozwój i tworząc indywidualne strategie uczenia się.

Edukacja matematyczna

6. Osiągnięcia w zakresie stosowania matematyki w sytuacjach życiowych oraz w innych obszarach edukacji. Uczeń:
 - 8) wykorzystuje warcaby, szachy i inne gry planszowe lub logiczne do rozwijania umiejętności myślenia strategicznego, logicznego, rozumienia zasad itd.; przekształca gry, tworząc własne strategie i zasady organizacyjne;
 - 9) wykorzystuje nabyte umiejętności do rozwiązywania problemów, działań twórczych i eksploracji świata, dbając o własny rozwój i tworząc indywidualne strategie uczenia się.

Edukacja społeczna

1. Osiągnięcia w zakresie rozumienia środowiska społecznego. Uczeń:
 - 1) identyfikuje się z grupą społeczną, do której należy: rodzina, klasa w szkole, drużyna sportowa [...]; respektuje normy i reguły postępowania w tych grupach;
 - 3) przyjmuje konsekwencje swojego uczestnictwa w grupie i własnego w niej postępowania w odniesieniu do przyjętych norm i zasad;
 - 4) ocenia swoje postępowanie i innych osób, odnosząc się do poznanych wartości, takich jak: godność, honor, sprawiedliwość, obowiązkowość, odpowiedzialność, przyjaźń, życzliwość, umiar, powściągliwość, pomoc, zadośćuczynienie, przepraszanie, uznanie, uczciwość, wdzięczność oraz inne, respektowane przez środowisko szkolne;
 - 5) przedstawia siebie i grupę, do której należy, posługuje się danymi osobistymi wyłącznie w sytuacjach bezpiecznych dla siebie i reprezentowanych osób; jest powściągliwy w używaniu takich danych w sytuacjach nowych i wirtualnych;
 - 10) wykorzystuje pracę zespołową w procesie uczenia się, w tym przyjmując rolę lidera zespołu, i komunikuje się za pomocą nowych technologii.

Edukacja przyrodnicza

1. Osiągnięcia w zakresie rozumienia środowiska przyrodniczego. Uczeń:
 - 8) segreguje odpady i ma świadomość przyczyn i skutków takiego postępowania.
2. Osiągnięcia w zakresie funkcji życiowych człowieka, ochrony zdrowia, bezpieczeństwa i odpoczynku. Uczeń:
 - 2) posługuje się numerami telefonów alarmowych, formułuje komunikat – wezwanie o pomoc: policji, pogotowia ratunkowego, straży pożarnej;
 - 3) posługuje się danymi osobowymi w kontakcie ze służbami mundurowymi i medycznymi, w sytuacji zagrożenia zdrowia i życia;

- 4) dba o higienę oraz estetykę własną i otoczenia;
- 5) reaguje stosownym zachowaniem w sytuacji zagrożenia bezpieczeństwa, zdrowia jego lub innej osoby;
- 6) wymienia wartości odżywcze produktów żywnościowych; ma świadomość znaczenia odpowiedniej diety dla utrzymania zdrowia, ogranicza spożywanie posiłków o niskich wartościach odżywczych i niezdrowych, zachowuje umiar w spożywaniu produktów słodzonych, zna konsekwencje zjadania ich w nadmiarze;
- 7) przygotowuje posiłki służące utrzymaniu zdrowia;
- 8) ubiera się odpowiednio do stanu pogody, poszukuje informacji na temat pogody, wykorzystując np. internet;
- 9) rozróżnia podstawowe znaki drogowe, stosuje przepisy bezpieczeństwa w ruchu drogowym i miejscach publicznych;
- 10) stosuje się do zasad bezpieczeństwa w szkole, odnajduje drogę ewakuacyjną, rozpoznaje znaki i symbole informujące o różnych rodzajach niebezpieczeństw oraz zachowuje się zgodnie z informacją w nich zawartą; stosuje zasady bezpiecznej zabawy w różnych warunkach i porach roku;
- 11) ma świadomość istnienia zagrożeń ze środowiska naturalnego, takich jak np. nagła zmiana pogody, huragan, ulewne deszcze, burza, susza oraz ich następstw, jak: powódź, pożar, piorun; określa odpowiednie sposoby zachowania się człowieka w takich sytuacjach;
- 13) stosuje zasady bezpieczeństwa podczas korzystania z urządzeń cyfrowych, rozumie i respektuje ograniczenia związane z czasem pracy z takimi urządzeniami oraz stosuje zasady netykiety;
- 14) ma świadomość, iż nieodpowiedzialne korzystanie z technologii ma wpływ na utratę zdrowia człowieka;
- 15) ma świadomość pozytywnego znaczenia technologii w życiu człowieka.

Edukacja plastyczna

2. Osiągnięcia w zakresie działalności ekspresji twórczej. Uczeń:
 - 7) wykonuje prace i impresje plastyczne jako formy przekazania i przedstawienia uczuć, nastrojów i zachowań, np. prezent, zaproszenie.

Edukacja techniczna

1. Osiągnięcia w zakresie organizacji pracy. Uczeń:
 - 2) wyjaśnia znaczenie oraz konieczność zachowania ładu, porządku i dobrej organizacji miejsca pracy ze względów bezpieczeństwa;
 - 3) ocenia projekty/prace, wykorzystując poznane i zaakceptowane wartości: systematyczność działania, pracowitość, konsekwencja, gospodarność, oszczędność, umiar w odniesieniu do korzystania z czasu, materiałów, narzędzi i urządzeń;

- 4) organizuje pracę, wykorzystuje urządzenia techniczne i technologie; zwraca uwagę na zdrowie i zachowanie bezpieczeństwa, z uwzględnieniem selekcji informacji, wykonywania czynności użytecznych lub potrzebnych.
3. Osiągnięcia w zakresie stosowania narzędzi i obsługi urządzeń technicznych. Uczeń:
 - 2) posługuje się bezpiecznie prostymi narzędziami pomiarowymi, urządzeniami z gospodarstwa domowego, a także urządzeniami dostępnymi w szkole.

Edukacja informatyczna

4. Osiągnięcia w zakresie rozwijania kompetencji społecznych. Uczeń:
 - 1) współpracuje z uczniami, wymienia się z nimi pomysłami i doświadczeniami, wykorzystując technologię;
 - 2) wykorzystuje możliwości technologii do komunikowania się w procesie uczenia się.
5. Osiągnięcia w zakresie przestrzegania prawa i zasad bezpieczeństwa. Uczeń:
 - 2) rozróżnia pożądane i niepożądane zachowania innych osób (również uczniów) korzystających z technologii, zwłaszcza w sieci internet;
 - 3) przestrzega zasad dotyczących korzystania z efektów pracy innych osób i związanych z bezpieczeństwem w internecie.

Edukacja muzyczna

1. Osiągnięcia w zakresie słuchania muzyki. Uczeń:
 - 4) odróżnia dźwięki muzyki, np. wysokie – niskie, długie – krótkie, ciche – głośne [...].
2. Osiągnięcia w zakresie ekspresji muzycznej. Śpiew. Uczeń:
 - 4) śpiewa, dbając o prawidłową postawę, artykulację i oddech, przy zachowaniu naturalnej skali głosu.
3. Improwizacja ruchowa, rytmika i taniec. Uczeń:
 - 1) przedstawia ruchem treść muzyczną (np. dynamikę, nastrój, wysokość dźwięku, tempo, artykulację) oraz treść pozamuzyczną (np. fabułę, odczucia, przekład znaczeniowy słów).

Wychowanie fizyczne

1. Osiągnięcia w zakresie utrzymania higieny osobistej i zdrowia. Uczeń:
 - 1) utrzymuje w czystości ręce i całe ciało, przebiera się przed zajęciami ruchowymi i po ich zakończeniu; wykonuje te czynności samodzielnie i w stosownym momencie;
 - 2) dostosowuje strój do rodzaju pogody i pory roku w trakcie zajęć ruchowych odpowiednio na świeżym powietrzu i w pomieszczeniu;

- 3) wyjaśnia znaczenie ruchu w procesie utrzymania zdrowia;
 - 4) przygotowuje we właściwych sytuacjach i w odpowiedni sposób swoje ciało do wykonywania ruchu;
 - 5) ma świadomość znaczenia systematyczności i wytrwałości w wykonywaniu ćwiczeń;
 - 6) uznaje, że każdy człowiek ma inne możliwości w zakresie sprawności fizycznej, akceptuje sytuację dzieci, które z uwagi na chorobę nie mogą być sprawne w każdej formie ruchu.
2. Osiągnięcia w zakresie sprawności motorycznych. Uczeń:
- 1) przyjmuje podstawowe pozycje do ćwiczeń;
 - 2) pokonuje w biegu przeszkody naturalne i sztuczne [...], biega w połączeniu z przenoszeniem przyborów [...], biega w różnym tempie, realizuje marszobieg;
 - 3) rzuca i podaje piłkę [...];
 - 4) wykonuje ćwiczenia zwinnościowe:
 - a) skłony, skrętoskłony, przetoczenie, czołganie, podciąganie,
 - b) czworakowanie ze zmianą kierunku i tempa ruchu,
 - c) wspinanie się,
 - d) mocowanie w pozycjach niskich i wysokich,
 - e) podnoszenie i przenoszenie przyborów;
 - 6) wykonuje ćwiczenia równoważne [...];
 - 7) samodzielnie wykonuje ćwiczenia prowadzące do zapobiegania wadom postawy.
3. Osiągnięcia w zakresie różnych form rekreacyjno-sportowych. Uczeń:
- 2) zachowuje powściągliwość w ocenie sprawności fizycznej koleżanek i kolegów – uczestników zabawy, respektuje ich prawo do indywidualnego tempa rozwoju, radzi sobie w sytuacji przegranej i akceptuje zwycięstwo, np. drużyny przeciwnej, gratuluje drużynie zwycięskiej sukcesu;
 - 3) respektuje 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;
 - 6) układa zespołowe zabawy ruchowe i w nich uczestniczy, ma świadomość, iż sukces w takiej zabawie odnosi się dzięki sprawności, zaradności i współdziałaniu.

Edukacja językowa. Język obcy nowożytny

1. Uczeń posługuje się bardzo podstawowym zasobem środków językowych dotyczących jego samego i jego najbliższego otoczenia, umożliwiającym realizację pozostałych wymagań ogólnych w zakresie następujących tematów:
 - 1) ja i moi bliscy (rodzina, przyjaciele);
 - 5) mój dzień, moje zabawy;

- 6) jedzenie;
 - 8) mój czas wolny i wakacje;
 - 10) sport;
 - 11) moje samopoczucie.
6. W zakresie reagowania uczeń:
- 1) reaguje werbalnie i niewerbalnie na polecenia;
 - 4) stosuje podstawowe zwroty grzecznościowe (np. wita się i żegna, dziękuje, prosi, przeprasza);
 - 5) wyraża swoje upodobania.
10. Uczeń współpracuje z rówieśnikami w trakcie nauki.

Etyka

1. Osiągnięcia w zakresie rozumienia podstawowych zasad i pojęć etyki. Uczeń:
- 1) ma świadomość, że jako człowiek posiada swoją niezbywalną godność oraz że wszystkie inne osoby posiadają taką godność;
 - 2) odkrywa wolność jako wartość przypisaną osobie, także osobie w jego wieku;
 - 3) dostrzega, że granice jego wolności wytycza godność i dobro innych osób, np. z kręgu rodziny, klasy, rówieśników;
 - 4) odkrywa, że jego wybór rodzi konsekwencje, które dotyczą jego samego;
 - 5) dostrzega, że każdy powinien brać odpowiedzialność za swoje wybory;
 - 6) dostrzega, że lepiej poznać siebie, bardziej się rozwija i czerpie szczęście w relacji z innymi osobami niż w samotności;
 - 7) odkrywa, że współtworzy różne wspólnoty osób, np. rodzinę, klasę, państwo;
 - 8) ma świadomość, że każdej osobie ludzkiej, także jemu, należy się szacunek, że szacunkiem należy obdarzać także wspólnoty osób – rodzinę, klasę, naród (ojczyznę), w tym wspólnotę religijną – a także symbole tych wspólnot;
 - 9) określa, co jest dobre, a co jest złe, w otaczającym go świecie i w świecie poznawanych tekstów oraz podaje uzasadnienie swojego zdania;
 - 10) odróżnia szczęście od doraźnie odczuwanej przyjemności i poznaje, że dobro jest źródłem szczęścia własnego oraz innych osób.
2. Osiągnięcia w zakresie stosowania poznanych zasad. Uczeń:
- 1) szanuje godność każdej osoby ludzkiej oraz swoją, co wyraża swoim komunikatem werbalnym i niewerbalnym;
 - 2) uwzględnia coraz częściej godność i dobro innych osób, podejmując decyzję o działaniu;
 - 3) wyraża szacunek wobec osób, wspólnot osób oraz ich symboli w sytuacjach codziennych i uroczystych, przejawiając właściwe zachowanie;
 - 4) wchodzi w relacje z innymi osobami (rówieśnikami, nauczycielami), szanując to, co jest wartością dla nich, i nazywając to, co jest wartością dla niego;
 - 6) przestrzega zasad obowiązujących we wspólnocie osób, której jest członkiem.

Warunki i sposób realizacji

1. Dla edukacji wczesnoszkolnej charakterystyczne są: spokój i systematyczność procesu nauki, wielokierunkowość i dostosowanie poznawanych zagadnień i tempa pracy do możliwości każdego ucznia.
2. Edukacja w klasach I–III realizowana jest w postaci kształcenia zintegrowanego jako koncepcja wieloaspektowej aktywizacji dziecka, wraz z potrzebą stałego diagnozowania jego rozwoju, wspieranie funkcji stymulujących rozwój i odrzucenie funkcji selektywnych.
3. Ważne jest, aby w miarę możliwości uczniowie mieli dostęp do pracowni komputerowej.
4. Klasa w edukacji wczesnoszkolnej powinna być przestrzenią umożliwiającą swobodny ruch, pracę w różnorodnych grupach, przy stołach, a także na odpowiednio przygotowanej podłodze (np. na dywanie, wykładzinie). Zagospodarowanie przestrzeni umożliwia skupienie uwagi uczniów, rozwijanie różnorodnej aktywności, a także możliwość odpoczynku. Nauczyciel odpowiada za taką aranżację sali do zajęć, która umożliwia i zachęca dzieci do samodzielnego poszukiwania i odkrywania wiedzy.
5. Sala do zajęć wyposażona jest także w narzędzia i środki dydaktyczne z dużą liczbą atrakcyjnych elementów manipulacyjnych, przeznaczonych do samodzielnego eksperymentowania i uczenia się zgodnego z preferowanymi zdolnościami poznawczymi.
6. W celu zabezpieczenia zdrowego rozwoju zajęcia ruchowe odbywają się każdego dnia jako element kształcenia zintegrowanego. Nauczyciel, planując pracę oddziału, uwzględnia wszelkie zabawy i gry ruchowe zapobiegające wadom postawy oraz ćwiczenia kształtujące nawyki utrzymania prawidłowej postawy. Istnieje potrzeba organizowania odrębnych zajęć gimnastyki kompensacyjno-korekcyjnej prowadzonych przez specjalistów posiadających odpowiednie kwalifikacje.
7. W klasach I–III wiele zajęć, w tym ruchowych, nauczyciel organizuje na świeżym powietrzu.

Ośrodek Rozwoju Edukacji

Aleje Ujazdowskie 28

00-478 Warszawa

tel. 22 345 37 00

www.ore.edu.pl