Plany wynikowe

(pogrubioną czcionką wyróżniono wymagania zawarte w podstawie programowej)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **MODUŁ 1. DIAGNOZA SPRAWNOŚCI FIZYCZNEJ I ROZWOJU FIZYCZNEGO** | | |
| **Treści nauczania** | **Założone osiągnięcia ucznia\*** | |
| **Podstawowe** | **Ponadpodstawowe** |
| Pomiar wysokości i ciężaru ciała. Pomiar sprawności fizycznej prostym testem sprawno- ściowym. Pomiar wydolności organizmu prostym testem wydolnościowym. Pomiar tętna w spoczynku i po wysiłku. Marszowo-biegowy test Coopera. Tory przeszkód – naturalne i sztuczne. Cechy prawidłowej postawy. Prawidłowe stanie, siedzenie, leżenie, chód. Samoocena własnej postawy ciała. Ćwiczenia, gry i zabawy diagnozujące prawidłową po- stawę ciała. Kształtowanie umiejętności utylitarnych: prawidłowe podnoszenie przedmiotów, ergonomiczne stanie, pra- widłowe siedzenie, jazda na rowerze, noszenie plecaka, zachowanie się podczas upadku, pokonywanie różnych trudności terenowych. | **Uczeń:**  **- dokonuje pomiaru wysokości i masy ciała i z pomocą nauczyciela interpretuje jego wyniki;**  **- wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową, siłę mięśni posturalnych i gibkość dolnego odcinka krę- gosłupa i z pomocą nauczyciela interpretuje ich wyniki;**  **- wykonuje bez zatrzymania marszowo-biegowy test Coopera;**  - wykonuje ćwiczenia kształtujące sprawność fizyczną;  - **mierzy tętno w spoczynku i po wysiłku**;  - pokonuje sztuczne i naturalne tory przeszkód;  - **ocenia własną postawę ciała**;  - wykonuje ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę;  - prawidłowo: siedzi w ławce, nosi plecak i jeździ na rowerze;  - zna podstawowe przepisy ruchu drogowego. | Uczeń:  - interpretuje samodzielnie pomiary: wysokości i masy ciała, prób sprawnościowych i wydol- nościowych;  - wyjaśnia zależność pomiędzy aktywnością fizyczną a zdrowiem;  - prawidłowo interpretuje wyniki pomiaru tętna przed i po wysiłku;  - dokonuje samooceny własnej sprawności fi- zycznej i wydolności organizmu;  - dobiera po dwa ćwiczenia kształtujące spraw- ność kondycyjną i koordynacyjną; - pokonuje tory przeszkód różnymi sposobami;  - dokonuje samooceny własnej postawy ciała;  - dobiera po dwa ćwiczenia korekcyjne do właściwej wady postawy ciała;  - organizuje dowolną zabawę i grę rekreacyjną z rówieśnikami w terenie naturalnym; - omawia znaczenie prawidłowego podnoszenia ciężarów z podłoża. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **MODUŁ 2. TRENING ZDROWOTNY** | | |
| **Treści nauczania** | **Założone osiągnięcia ucznia\*** | |
| **Podstawowe** | **Ponadpodstawowe** |
| Zasady i metody hartowania organizmu. Ćwiczenia, zabawy i gry ruchowe na świeżym powietrzu i w różnych porach roku.  Ćwiczenia, zabawy i gry w zróżnicowanym terenie naturalnym: las, łąka, teren pagórkowaty i inny.  Zabawy na śniegu i lodzie. Sporty zimowe: saneczkarstwo, narciarstwo biegowe, jazda na łyżwach.  Ćwiczenia kształtujące z różnymi przyborami − typowymi i nietypowymi.  Ćwiczenia kształtujące siłę mięśni ramion, pasa barkowe- go, nóg, pasa biodrowego, brzucha i grzbietu.  Ćwiczenia kształtujące zdolności motoryczne: szybkość, skoczność, siłę, wytrzymałość.  Biegi na różnych dystansach, z różnych pozycji i w różnym terenie.  Skoki, wieloskoki, skok w dal, skok wzwyż. Wieloboje.  Rzuty różnymi przyborami do celu i na odległość.  Proste ćwiczenia gimnastyczne: wolne, z przyborem, ze współćwiczącym.  Przewroty w przód z przysiadu podpartego i z marszu. Przewrót w tył. Proste skoki gimnastyczne: zawrotny przez ławeczkę, przez kozioł i skrzynię.  Ćwiczenia kształtujące prawidłową postawę ciała.  Gimnastyka korekcyjna. Ćwiczenia relaksacyjne przy odpowiedniej muzyce. Wędrówki piesze po różnym terenie. | Uczeń:  - **wymienia zasady i metody hartowania orga- nizmu;**  - uczestniczy w zabawach i grach rekreacyjnych na świeżym powietrzu w różnych porach roku;  - uczestniczy w zabawach na śniegu i lodzie;  - wykorzystuje przybór nietypowy w zabawie;  - wykonuje ćwiczenia kształtujące siłę mięśni wszystkich partii mięśniowych;  **- demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtu- jącym wybrane zdolności motoryczne;** - prawidłowo wykonuje start niski i wysoki oraz skok w dal z rozbiegu;  **- wykonuje próbę wielobojową składającą się z biegu, skoku i rzutu; - wykonuje prosty układ gimnastyczny; - wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył;**  - wykonuje proste skoki gimnastyczne: przez ławeczkę, kozioł i skrzynię;  - **demonstruje ćwiczenia ułatwiające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała;**  - potrafi się zrelaksować przy muzyce po wysił- ku fizycznym. | Uczeń:  - wyjaśnia, dlaczego należy hartować organizm; - potrafi zorganizować dowolną zabawę i grę rekreacyjną na świeżym powietrzu;  - wykorzystuje teren naturalny do własnej za- bawy;  - rozumie znaczenie aktywności fizycznej na świeżym powietrzu dla zdrowia człowieka;  - zjeżdża na sankach z zachowaniem kierunku jazdy;  - dobiera odpowiednie ćwiczenia do kształto- wania siły mięśni poszczególnych partii mię- śniowych;  - dobiera odpowiednie ćwiczenia kształtujące zdolności motoryczne;  - omawia technikę wykonywania startu niskie- go i wysokiego;  - dokonuje samooceny poszczególnych prób wielobojowych;  - wymyśla różne ćwiczenia gimnastyczne z przyborem i ze współćwiczącym;  - omawia technikę wykonywania przewrotów oraz skoków gimnastycznych;  - dokonuje samooceny i samokontroli wykony- wanych przez siebie ćwiczeń;  - dobiera po dwa ćwiczenia do określonej wady postawy;  - rozumie znaczenie relaksu i odprężenia po intensywnym wysiłku fizycznym. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **MODUŁ 3. „SPORTY CAŁEGO ŻYCIA” I WYPOCZYNEK** | | |
| **Treści nauczania** | **Założone osiągnięcia ucznia\*** | |
| **Podstawowe** | **Ponadpodstawowe** |
| **Gry rekreacyjne**. Zabawy, gry ruchowe i rekreacyjne na świeżym powietrzu.  **Dwa ognie usportowione**. Cztery ognie usportowione.  **Badminton**: podbijanie, odbicia w miejscu i w ruchu, podstawowe zasady i przepisy gry.  **Tenis stołowy**: trzymanie rakietki i poruszanie się przy stole, uderzenia, serw, podstawowe zasady i przepisy gry.  **Ringo**: rzut i chwyt kółka, serw, podstawowe zasady i przepisy gry, gra pojedynczo, w dwójkach i trójkach.  **Unihokej:** prawidłowe trzymanie kija, poruszanie się po boisku, przyjęcie i uderzenie kijem, strzały na bramkę z różnych pozycji, prowadzenie piłki slalomem, gra uproszczona i właściwa, przepisy gry.  **Piłka nożna:** ćwiczenia, zabawy i gry kształtujące umiejętności prowadzenia piłki w marszu i biegu, przyjęcia i podania piłki, strzału na bramkę, gry w obronie i w ataku, gry bramkarza. Gra uproszczona i właściwa.  **Piłka ręczna**: ćwiczenia, zabawy i gry kształtujące umiejętności poruszania się z piłką i bez piłki, kozłowania piłki prawą i lewą ręką w miejscu i w ruchu, podania i chwytu w miejscu i w ruchu, rzutu piłką na bramkę z miejsca i z biegu, gry w obronie, gry bramkarza. Gra uproszczona i właściwa.  **Piłka siatkowa:** ćwiczenia, zabawy i gry kształtujące umiejętności przyjmowania prawidłowej postawy siatkarskiej, odbicia piłki sposobem oburącz górnym i dolnym, zagrywki dolnej, gry w małych zespołach (dwójkowych i trójkowych). | Uczeń:  **- organizuje w gronie rówieśników zabawę, grę ruchową i rekreacyjną, stosując przepisy w formie uproszczonej;**  - rzuca piłkę sposobem jednorącz, grając w dwa i cztery ognie sportowe;  - podbija, odbija lotkę w miejscu i w ruchu;  - prawidłowo trzyma rakietkę do tenisa stołowe- go;  - prawidłowo wykonuje serw i porusza się przy stole;  - rzuca i chwyta kółko ringo w grze z rówieśni- kami;  - uczestniczy w grze w ringo pojedynczo, w dwójkach i w trójkach;  - prawidłowo: trzyma kij do unihokeja, porusza się po boisku, przyjmuje i uderza piłkę kijem oraz wykonuje strzał na bramkę;  - prowadzi piłkę nogą w marszu i w biegu;  - przyjmuje i podaje piłkę do partnera;  - wykonuje strzał na bramkę z różnych pozycji;  - uczestniczy w rozgrywkach klasowych i szkol- nych;  - prawidłowo porusza się z piłką i bez piłki, grając w piłkę ręczną;  **- stosuje w grze: prowadzenie i kozłowanie piłki w biegu ze zmianą kierunku ruchu, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłką do kosza, rzut i strzał piłką do bramki;** | Uczeń:  - organizuje dowolną grę ruchową i rekreacyjną w czasie zabaw z rówieśnikami;  - stosuje poznane elementy techniczne w grze rekreacyjnej;  - organizuje zawody sportowe w badmintona, ringo, w dwa ognie sportowe;  - wykonuje serw rotacyjny w tenisie stołowym;  - wykonuje atak bekhendem i forhendem;  - organizuje zawody w ringo;  - prowadzi piłkę slalomem kijem do unihokeja;  - współpracuje w zespole;  - stosuje się do ustalonych reguł i przepisów gry;  - prowadzi piłkę nogą slalomem w biegu;  - wykonuje strzał na bramkę głową;  - pełni rolę bramkarza;  - respektuje decyzje sędziego;  - współpracuje w zespole;  - stosuje zasadę czystej gry podczas rozgrywanych meczów;  - wykonuje zwody ciałem z piłką i bez piłki;  - rzuca piłkę na bramkę z wyskoku;  - stosuje obronę każdy swego;  - gra strefą;  - sędziuje fragment meczu;  - wystawia piłkę partnerowi sposobem oburącz górnym i dolnym;  - wykonuje zagrywkę tenisową |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Treści nauczania** | **Założone osiągnięcia ucznia\*** | |
|  | **Podstawowe** | **Ponadpodstawowe** |
| **Piłka koszykowa:** ćwiczenia, zabawy i gry kształtujące | - potrafi przyjąć prawidłową postawę siatkarską; | - sędziuje mecz piłki siatkowej; |
| umiejętności poruszania się po boisku z piłką i bez piłki, | - odbija piłkę sposobem oburącz dolnym; | - zna przepisy gry; |
| kozłowania piłki prawą i lewą ręką w miejscu i w ruchu, | **- stosuje w grze odbicie piłki sposobem oburącz** | - zna osiągnięcia polskiej siatkówki; |
| podania i chwytu piłki w miejscu i w ruchu, rzutu do ko- | **górnym i dolnym;** | - kozłuje piłkę prawą i lewą ręką ze zmianą ręki |
| sza, gry w obronie. Gra uproszczona i właściwa. | - uczestniczy w rozgrywkach klasowych i szkol- | kozłującej i ze zmianą kierunku; |
| **Kwadrant i palant.** | nych; | - rzuca piłką do kosza z wyskoku jednorącz |
| **Jazda na rowerze**: wsiadanie, ruszanie, skręcanie, przepisy | - gra w obronie; | i oburącz; |
| drogowe, jazda rekreacyjna, rajdy rowerowe. | - gra w kwadranta i palanta; | - gra w obronie i w ataku; |
| Czynny wypoczynek w różnych porach roku: spacery, wę- | - prawidłowo wsiada, rusza i skręca w czasie | - przestrzega przepisów gry; |
| drówki, zabawy i gry w terenie naturalnym, zabawy | jazdy na rowerze; | - gra w palanta i kwadranta w czasie wolnym |
| i gry na śniegu, atletyka terenowa, jazda na sankach, nar- | - uczestniczy w czynnym wypoczynku w róż- | od zajęć ; |
| tach biegowych, wędrówki po lesie (grzybobranie\ . | nych porach roku; | - uprawia rajdy rowerowe po najbliższej okolicy; |
| Ćwiczenia i zabawy terenowe: biegi, skoki, rzuty, wejścia, | - **omawia zasady aktywnego wypoczynku;** | - porusza się rowerem po drogach publicznych; |
| zejścia, podchody, marszobiegi, wbiegi, zbiegi, pokony- | - zna podstawowe przepisy wymienionych | - organizuje wędrówki piesze i rajdy rowerowe; |
| wanie i omijanie przeszkód naturalnych. | wcześniej gier rekreacyjnych i sportowych; | - organizuje zabawę z wykorzystaniem sanek; |
|  | - przestrzega ustalonych reguł i przepisów gier; | - rozumie znaczenie czystej gry w sporcie |
|  | - potrafi pełnić rolę zawodnika, kibica i sędziego. | i w życiu. |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **MODUŁ 4. BEZPIECZNA AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I HIGIENA OSOBISTA** | | |
| **Treści nauczania** | **Założone osiągnięcia ucznia\*** | |
| **Podstawowe** | **Ponadpodstawowe** |
| Znaczenie dyscypliny w czasie zajęć ruchowych. Dobór ćwiczeń odpowiednich do wieku i rozwoju ćwiczących. Podstawy bezpiecznego korzystania z obiektów sportowych: boiska sportowego, hali sportowej, siłowni, pływalni.  Bezpieczne korzystanie ze sprzętu sportowego. Bezpieczne miejsce do ćwiczeń i zabaw w okolicy szkoły i domu.  Zasady bezpieczeństwa podczas rywalizacji sportowej. Znaczenie asekuracji i samoasekuracji podczas ćwiczeń fizycznych.  Bezpieczny zjazd na sankach, nartach, jazda na łyżwach. Bezpieczne korzystanie ze ślizgawek.  Zasady zachowania bezpieczeństwa nad wodą i w górach. Bezpieczna jazda na rowerze i poruszanie się po drogach. Znaczenie porządku na sali i na boisku sportowym. Ochrona przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą.  Podstawowe zasady postępowania w przypadku otarć, zadrapań, skaleczeń, zwichnięć i złamań. Znaczenie podstawowych zabiegów higienicznych: mycia rąk przed jedzeniem, po skorzystaniu z toalety, codziennego mycia całego ciała, higieny jamy ustnej, codziennej zmiany bielizny | **Uczeń**:  - przestrzega ustalonych zasad bezpieczeństwa podczas zajęć ruchowych  ; - bezpiecznie korzysta z hali sportowej, boisk sportowych i pływalni;  - **bezpiecznie korzysta ze sprzętu i urządzeń sportowych**;  - asekuruje kolegów wykonujących ćwiczenia gimnastyczne;  - **stosuje zasady samoasekuracji**;  - bezpiecznie zjeżdża na sankach z górki;  - bezpiecznie korzysta ze ślizgawek;  - **omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą, w górach** oraz w różnorodnym terenie naturalnym**;**  - bezpiecznie porusza się po drogach: pieszo i na rowerze;  - zachowuje porządek na hali sportowej i na boisku;  - **omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem;**  - udziela pomocy koledze z otarciem, zadrapaniem, skaleczeniem ciała;  - stosuje zasady higieny osobistej;  - myje ręce przed jedzeniem i po wyjściu z toalety; - dba o higienę jamy ustnej;  - codziennie zmienia bieliznę; | **Uczeń**:  -rozumie znaczenie dyscypliny podczas zajęć ruchowych;  - dobiera ćwiczenia odpowiednie do wieku i rozwoju ćwiczących;  - wyjaśnia, dlaczego należy zachowywać zasady bezpieczeństwa na różnych obiektach sportowych;  - organizuje sobie i rówieśnikom bezpieczne miejsce zabaw;  - wyjaśnia zasady bezpieczeństwa podczas rywalizacji sportowej;  - omawia znaczenie asekuracji i samoasekuracji podczas wykonywania ćwiczeń;  - omawia zasady bezpieczeństwa podczas zabaw na śniegu i lodzie;  - omawia zasady poruszania się na drogach publicznych;  - wymienia potencjalne konsekwencje wynikające z braku ochrony przed nadmiernym wyziębieniem i nasłonecznieniem;  - udziela pomocy osobom ze zwichniętą lub złamaną nogą;  - wymienia skutki niehigienicznego trybu życia;  - wyjaśnia, dlaczego należy myć ręce przed jedzeniem i po wyjściu z toalety;  - wymienia choroby dziąseł i zębów, spowodowane brakiem higieny jamy ustnej; |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Treści nauczania** | **Założone osiągnięcia ucznia\*** | |
|  |  |
|  | **Podstawowe** | **Ponadpodstawowe** |
| Higiena po wysiłku fizycznym. | - stosuje higienę osobistą po wysiłku fizycznym; | - wymienia przyczyny powstawania próchnicy; |
| Dobór stroju do ć wiczeń fizycznych w różnych | **- dobiera strój i obuwie sp ortowe do ćwiczeń** | - uzasadnia konieczność codziennego zmieniania |
| warunkach i w różnych porach roku. | **w zależności od miejsca oraz warunków** | bielizny osobistej; |
| Zdrowotno-higieniczne znaczenie wietrzenia | **atmosferycznych;** | - wyjaśnia, dlaczego po wysiłku fizycznym należy |
| i wentylacji pomieszczeń. | - wietrzy pomieszczenia szkolne oraz domowe; | zażyć kąpieli; |
| Znaczenie czystości środowiska życia dla zdrowia | - dba o środowisko naturalne; | - podejmuje odpowiednią decyzję w sytuacji |
| człowieka. | **- omawia p odstawowe sp osoby p ostęp owania** | zagrożenia zdrowia lub życia innej osoby; |
| Podstawowe zasady postępowania w sytuacji | **w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia;** | - wymienia środki opatrunkowe i leki, które |
| zagrożenia zdrowia lub życia – własnego i kolegi. | - potrafi użyć apteczki szkolnej; | powinny znajdować się w każdej apteczce; |
| Zawartość apteczki pierwszej pomocy. | - nie stosuje używek. | - wymienia negatywne skutki stosowania używek. |
| Wpływ używek na zdrowie człowieka. |  |  |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **MODUŁ 5. SPORT** | | |
| **Treści nauczania** | **Założone osiągnięcia ucznia\*** | |
|  | **Podstawowe** | **Ponadpodstawowe** |
| Przepisy i zasady zespołowych gier sportowych. | **Uczeń:** | **Uczeń:** |
| Uproszczone przepisy i zasady organizacji imprez | - wymienia podstawowe zasady i przepisy | - wymienia szczegółowe zasady i przepisy gier spor- |
| i zawodów sportowych w szkole, rodzinie i na po- | poznanych gier sportowych; | towych; |
| dwórku. | **- uczestniczy w sportowych rozgrywkach** | - organizuje imprezy i zawody sportowe w szkole |
| Prawidłowa terminologia nazewnictwa sportowego | **klasowych w roli zawodnika;** | i na własnym podwórku z kolegami; |
| podczas sędziowania. | **- przestrzega w trakcie rywalizacji sporto-** | - posługuje się prawidłową terminologią sportową; |
| Przestrzeganie zasad fair play w sporcie i w życiu. | **wej zasad czystej gry;** | - wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych |
| Odpowiedzialność zawodnika względem zespołu. | - przestrzega zasad fair play w życiu; | zasad i przepisów gier podczas rywalizacji sportowej; |
| Program i regulamin klasowych, szkolnych zawodów | - jest odpowiedzialnym członkiem zespołu; | - pomaga przeciwnikowi w czasie różnych sytuacji |
| sportowych. | **- szanuje przeciwnika w trakcie rywalizacji** | zaistniałych na boisku; |
| Obowiązki zawodnika, sędziego i kibica w trakcie | **sportowej;** | - pełni rolę zawodnika, sędziego i przeciwnika sporto- |
| zawodów sportowych. | **- wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania;** | wego; |
| Zasady kibicowania. | **- respektuje przepisy gry;** | - rozumie znaczenie respektowania zasad i przepisów |
| Wybitni lokalni sportowcy. Wybitni sportowcy z re- | **- p odp orządkowuje się decyzjom sędziego;** | gier oraz podporządkowania się decyzjom sędziego; |
| gionu i z Polski. | **- dziękuje zawodnikom drużyny własnej** | - organizuje i współorganizuje zawody klasowe, |
| Znajomość kodeksu czystej gry: szacunek dla rywala, | **i p rzeciwnika p o zakończonym meczu;** | szkolne; |
| respektowanie przepisów, podporządkowanie się de- | - zna zasady czystej gry; | - organizuje zawody sportowe w czasie wolnym od |
| cyzjom sędziego, podziękowanie za wspólną grę. | - posługuje się kulturalnym językiem podczas | nauki; |
| Zawody klasowe, szkolne, międzyszkolne. | rywalizacji sportowej. | - wymienia nazwiska wybitnych sportowców: pol- |
| Organizowanie życia sportowego w czasie pozaszkol- |  | skich i lokalnych. |
| nym: na własnym podwórku, w rodzinie, z kolegami. |  |  |
|  |  |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **MODUŁ 6. TANIEC** | | |
| **Treści nauczania** | **Założone osiągnięcia ucznia\*** | |
|  | **Podstawowe** | **Ponadpodstawowe** |
| Ćwiczenia rytmiczne z przyborem przy muzyce i bez mu- | Uczeń: | Uczeń: |
| zyki. | - wykonuje ć wiczenia rytmiczne; | - wykonuje ć wiczenia rytmiczne z przyborem; |
| Łączenie różnych form ruchu w określonym rytmie. | - dostosowuje swoje ruchy do rytmu wyznaczo- | - łączy różne formy ruchu w określony rytm; |
| Ruch wyznaczony instrumentem perkusyjnym. | nego instrumentem perkusyjnym; | - wykonuje ruchową improwizację do różnej |
| Dostosowanie własnych ruchów do rytmu ruchów partnera | - dostosowuje ruchy własne do ruchów partnera | muzyki; |
| w marszu i w biegu. | w marszu i w biegu; | - dostosowuje własne ruchy do ruchów part- |
| Improwizacja ruchowa do wybranej muzyki. | **- wykonuje improwizację ruchową do wybra-** | nerki; |
| Ćwiczenia kształtujące przy muzyce. | **nej muzyki;** | - dobiera odpowiednie ć wiczenia kształtujące |
| Elementy rytmiki. | - wykonuje ć wiczenia kształtujące przy muzyce; | do określonej muzyki; |
| Proste kroki i figury tańca narodowego − poloneza. | - wykonuje proste kroki i figury dowolnego | - tańczy poloneza oraz wybrany taniec ludowy; |
| Proste tańce regionalne: oberek, polka, konik. | tańca; | - uprawia aerobik w czasie wolnym; |
| Aerobik. | - tańczy tańce dyskotekowe; | - wyjaśnia zasady zachowania się na zabawie |
| Tańce dyskotekowe. | **- wyjaśnia, jak należy zachować się na zabawie** | tanecznej i dyskotece. |
| Odpowiednie zachowanie na zabawie tanecznej i dyskotece. | **tanecznej i dyskotece.** |  |
|  |  |  |

\*Osiągnięcia ucznia na poziomie podstawowym stanowią treść podstawy programowej i są obowiązkowe dla każdego ucznia. Osiągnięcia ponadpodstawowe wykraczają poza podstawę programową i mogą stanowić podstawę do podwyższenia uczniowi oceny na semestr lub koniec roku