

PODSTAWA PROGRAMOWA
PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE DLA KLAS IV – VIII
(II etap edukacyjny)

Wychowanie fizyczne pełni ważne funkcje edukacyjne, rozwojowe i zdrowotne. Wspiera rozwój fizyczny, psychiczny, intelektualny i społeczny uczniów oraz kształtuje obyczaj aktywności fizycznej i troski o zdrowie w okresie całego życia. Wspomaga efektywność procesu uczenia się. Pełni wiodącą rolę w edukacji zdrowotnej uczniów.

Oczekiwania wobec współczesnego wychowania fizycznego wymagają nowych standardów przygotowania ucznia do cało-życiowej aktywności fizycznej i troski o zdrowie. Wychowanie fizyczne to nie tylko przygotowanie sprawnościowe ale przede wszystkim prozdrowotne. Pełni ono oprócz swej funkcji doraźnej również funkcję perspektywną. Przygotowuje do dokonywania w życiu wyborów korzystnych dla zdrowia. Założenia podstawy programowej oparte są na personalistycznej koncepcji wychowania oraz koncepcji sprawności fizycznej ukierunkowanej na zdrowie.

Opis wiadomości i umiejętności zdobytych przez ucznia w szkole podstawowej jest zgodny z ideą europejskich ram kwalifikacji i sformułowany jest w języku efektów kształcenia. Zgodnie z tą ideą określono także kompetencje społeczne, jakie powinien nabyć uczeń na danym etapie edukacyjnym.

W obecnej formie podstawy programowej wymagania szczegółowe odnoszą się do zajęć prowadzonych w następujących blokach tematycznych:

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna

W tym bloku tematycznym zawarto treści związane z diagnozowaniem i interpretowaniem rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej. Podkreśla się znaczenie tych zagadnień w kontekście zdrowia a nie oceny z wychowania fizycznego. Zwraca się uwagę na rozróżnienie pojęć *diagnozowanie* i *ocenianie*. Pomiar sprawności fizycznej nie powinien być kryterium oceny z wychowania fizycznego. Powinien służyć do wskazania mocnych i słabych przejawów sprawności ucznia w celu planowania dalszego jej rozwoju.

2. Aktywność fizyczna

W tym bloku tematycznym zawarto treści indywidualnych i zespołowych form rekreacyjno-sportowych. Układ treści uwzględnia zasadę stopniowania trudności i rozwój psychofizyczny ucznia. Treści obszaru wzbogacono o nowoczesne formy ruchu, aktywności fizyczne z innych krajów europejskich oraz wykorzystanie nowoczesnych technologii w celu monitorowania i planowania aktywności fizycznej.

3. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej

W tym bloku tematycznym zawarto treści dotyczące organizacji bezpiecznego miejsca ćwiczeń, doboru i wykorzystania sprzętu sportowego począwszy od bezpiecznych działań związanych z własną osobą, poprzez wspólne formy działania do świadomości odpowiedzialności za zdrowie innych.

4. Edukacja zdrowotna

W tym bloku tematycznym zawarto treści dotyczące zdrowia i jego diagnozowania w kontekście przeciwdziałania chorobom cywilizacyjnym. Łączenie treści z tego bloku z wdrażaniem kompetencji społecznych sprzyja rozwijaniu poczucia odpowiedzialności za zdrowie własne i innych ludzi, wzmocnieniu poczucia własnej wartości i wiary w swoje możliwości.

Wymagania szczegółowe w zakresie wiadomości i umiejętności w blokach tematycznych zostały podzielone z uwzględnieniem charakterystyki rozwojowej i zasady stopniowania trudności.

Kompetencje społeczne, dotyczą rozwijania w toku uczenia się zdolności kształtowania własnego rozwoju oraz autonomicznego i odpowiedzialnego uczestniczenia w życiu społecznym, z uwzględnieniem etycznego kontekstu własnego postępowania (zgodnie z Ustawą z dnia 22 grudnia 2015 r. o Zintegrowanym Systemie Kwalifikacji).

PROJEKT PODSTAWY PROGRAMOWEJ PRZEDMIOTU WYCHOWANIE FIZYCZNE DLA KLAS IV – VIII (II etap edukacyjny)

CELE KSZTAŁCENIA – wymagania ogólne

- 1) rozpoznanie i ocena własnego rozwoju fizycznego i sprawności fizycznej;
- 2) uczestnictwo w rekreacyjnych i sportowych formach aktywności fizycznej oraz ich organizacja;
- 3) poznanie i stosowanie zasad bezpieczeństwa podczas aktywności fizycznej;
- 4) zrozumienie związku aktywności fizycznej ze zdrowiem oraz praktykowanie zachowań prozdrowotnych;
- 5) kształtowanie umiejętności osobistych i społecznych sprzyjających całościowej aktywności fizycznej;

TREŚCI KSZTAŁCENIA – wymagania szczegółowe

KLASA IV

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna.

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) rozróżnia zdolności motoryczne człowieka;
- 2) rozróżnia pojęcie tętna spoczynkowego i powysiłkowego;
- 3) wymienia cechy prawidłowej postawy ciała;

W zakresie umiejętności, uczeń:

- 1) dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz z pomocą nauczyciela interpretuje ich wyniki;
- 2) mierzy tętno przed i po wysiłku;
- 3) wykonuje próbę siły mięśni brzucha oraz gibkości kręgosłupa;

4) demonstruje po jednym ćwiczeniu kształtującym wybrane zdolności motoryczne oraz ułatwiające utrzymywanie prawidłowej postawy ciała;

2. Aktywność fizyczna

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) wymienia rodzaje zabaw i gier ruchowych;
- 2) opisuje zasady wybranej zabawy lub gry ruchowej pochodzącej z regionu zamieszkania;
- 3) opisuje sposób wykonywania poznawanych umiejętności ruchowych;
- 4) rozróżnia pojęcie *technika i taktyka*;
- 5) wymienia miejsca, obiekty i urządzenia w najbliższej okolicy, które można wykorzystać do aktywności fizycznej;
- 6) wyjaśnia co symbolizują flaga i znicz olimpijski, rozróżnia pojęcia olimpiada i igrzyska olimpijskie;

W zakresie umiejętności, uczeń:

- 1) wykonuje kozłowanie piłki w miejscu i ruchu, prowadzenie piłki nogą, podanie piłki oburącz i jednorącz, rzut piłki do kosza z miejsca, rzut i strzał piłki do bramki, odbicie piłki oburącz sposobem górnym;
- 2) uczestniczy w mini – grach;
- 3) organizuje w gronie rówieśników wybraną zabawę lub grę ruchową, stosując przepisy w formie uproszczonej;
- 4) wykonuje przewrót w przód;
- 5) wykonuje dowolny układ gimnastyczny lub taneczny w oparciu o własną ekspresję ruchową;
- 6) wykonuje marszobiegi w terenie;
- 7) wykonuje rzut z miejsca i krótkiego rozbiegu lekkim przyborem;
- 8) wykonuje skok w dal z miejsca;

3. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) wyjaśnia regulamin sali gimnastycznej i boiska sportowego;
- 2) opisuje zasady bezpiecznego poruszania się po boisku;
- 3) wymienia osoby, do których należy zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia;

W zakresie umiejętności, uczeń:

- 1) respektuje zasady bezpiecznego zachowania się podczas zajęć ruchowych;
- 2) wybiera bezpieczne miejsca do zabaw i gier ruchowych;
- 3) posługuje się przyborami sportowymi zgodnie z ich przeznaczeniem;
- 4) wykonuje elementy samoochrony przy upadku, zeskoku¹;

4. Edukacja zdrowotna.

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) opisuje jakie znaczenie ma aktywność fizyczna dla zdrowia;

¹ Np. przetoczenie przez bark, pady

- 2) opisuje piramidę żywienia i aktywności fizycznej;
- 3) opisuje zasady zdrowego odżywiania;
- 4) opisuje zasady doboru stroju do warunków atmosferycznych w trakcie zajęć ruchowych na powietrzu i w pomieszczeniu;

W zakresie umiejętności, uczniów:

- 1) przestrzega zasad higieny osobistej i czystości odzieży;
- 2) przyjmuje prawidłową postawę ciała w różnych sytuacjach;

KLASY V- VI

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna.

W zakresie wiedzy, uczniów:

- 1) wymienia kryteria oceny wytrzymałości w odniesieniu do wybranej próby testowej²;
- 2) wymienia kryteria oceny siły i gibkości w odniesieniu do wybranej próby testowej³;
- 3) wskazuje grupy mięśniowe odpowiedzialne za prawidłową postawę ciała;

W zakresie umiejętności, uczniów:

- 1) wykonuje próby sprawnościowe pozwalające ocenić wytrzymałość tlenową oraz z pomocą nauczyciela interpretuje uzyskane wyniki;
- 2) demonstruje ćwiczenia wzmacniające mięśnie posturalne i ćwiczenia gibkościowe, indywidualne i z partnerem;
- 3) demonstruje ćwiczenia rozwijające zdolności koordynacyjne wykonywane indywidualnie i z partnerem,;

2. Aktywność fizyczna

W zakresie wiedzy, uczniów:

- 1) wymienia podstawowe przepisy wybranych sportowych i rekreacyjnych gier zespołowych;
- 2) opisuje zasady wybranej gry rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego;
- 3) opisuje podstawowe zasady taktyki obrony i ataku w wybranych grach zespołowych;
- 4) wymienia rekomendacje aktywności fizycznej dla swojej kategorii wiekowej⁴;
- 5) definiuje pojęcie rozgrzewki i opisuje jej zasady;
- 6) opisuje ideę starożytnego i nowożytnego ruchu olimpijskiego;

W zakresie umiejętności, uczniów:

- 1) wykonuje: kozłowanie piłki w ruchu ze zmianą tempa i kierunku, prowadzenie piłki nogą ze zmianą tempa i kierunku, podanie piłki oburącz i jednorącz w ruchu, rzut piłki do kosza z biegu po kozłowaniu (dwutakt), rzut i strzał piłki do bramki w ruchu, odbicie piłki oburącz sposobem górnym i dolnym, rozegranie „na trzy”, wykonuje zagrywkę ze zmniejszonej odległości, rzut i chwyt ringo;
- 2) uczestniczy w mini - grach oraz grach szkolnych i uproszczonych
- 3) uczestniczy w grze rekreacyjnej pochodzącej z innego kraju europejskiego;
- 4) organizuje w gronie rówieśników wybraną grę sportową lub rekreacyjną;

² Np. test Coopera

³ Np. siły mięśni brzucha, gibkości dolnego odcinka kręgosłupa

⁴ Np. WHO lub UE

- 5) wykonuje przewrót w przód z marszu oraz przewrót w tył;
- 6) wykonuje wybrane inne ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne⁵
- 7) wykonuje układ ćwiczeń zwinnościowo- akrobatycznych z przyborem lub bez;
- 8) wykonuje dowolny skok przez przyrząd z asekuracją;
- 9) wykonuje proste kroki i figury tańców regionalnych i nowoczesnych;
- 10) wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego;
- 11) wykonuje start niski;
- 12) wykonuje rzut małą piłką z rozbiegu;
- 13) wykonuje skok w dal po rozbiegu oraz skoki przez przeszkody⁶;
- 14) przeprowadza fragment rozgrzewki;

3. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) wyjaśnia, dlaczego należy przestrzegać ustalonych reguł w trakcie rywalizacji sportowej;
- 2) omawia sposoby postępowania w sytuacji zagrożenia zdrowia lub życia;
- 3) wymienia zasady bezpiecznego korzystania ze sprzętu sportowego;
- 4) omawia zasady bezpiecznego zachowania się nad wodą i w górach, zimą i latem;

W zakresie umiejętności, uczeń:

- 1) stosuje zasady asekuracji podczas zajęć ruchowych;
- 2) korzysta bezpiecznie ze sprzętu i urządzeń sportowych;

- 3) wykonuje elementy samoobrony⁷

4. Edukacja zdrowotna.

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) wyjaśnia pojęcie zdrowia;
- 2) opisuje pozytywne mierniki zdrowia;
- 3) wymienia zasady i metody hartowania organizmu;
- 4) omawia sposoby ochrony przed nadmiernym nasłonecznieniem i niską temperaturą;
- 5) omawia zasady aktywnego wypoczynku zgodne z rekomendacjami aktywności fizycznej dla swojej kategorii wiekowej⁸;
- 6) opisuje pojęcie *wartość kaloryczna* spożywanych produktów;

W zakresie umiejętności, uczeń:

- 1) wykonuje ćwiczenia kształtujące nawyk prawidłowej postawy ciała w postawie stojącej, siedzącej i leżeniu oraz w czasie wykonywania różnych codziennych czynności;
- 2) wykonuje ćwiczenia oddechowe i inne o charakterze relaksacyjnym;
- 3) podejmuje aktywność fizyczną w różnych warunkach atmosferycznych;

KLASY VII – VIII

⁵ Np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją przy ścianie lub drabinkach, przerzut bokiem

⁶ Np. skok techniką naturalną lub nożycowy

⁷ Np. zasłona, unik, pad

⁸ Jak wcześniej WHO lub UE

1. Rozwój fizyczny i sprawność fizyczna.

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) wyjaśnia, jakie zmiany zachodzą w budowie ciała i sprawności fizycznej w okresie dojrzewania płciowego;
- 2) wymienia testy i narzędzia do pomiaru sprawności fizycznej;
- 3) wskazuje zastosowanie siatek centylowych w ocenie własnego rozwoju fizycznego;

W zakresie umiejętności, uczeń:

- 1) dokonuje pomiarów wysokości i masy ciała oraz samodzielnie interpretuje ich wyniki;
- 2) wykonuje wybrane próby kondycyjnych i koordynacyjnych zdolności motorycznych;
- 3) ocenia i interpretuje poziom własnej sprawności fizycznej;
- 4) demonstruje zestaw ćwiczeń kształtujących wybrane zdolności motoryczne oraz zestaw ćwiczeń kształtujących prawidłową postawę ciała;

2. Aktywność fizyczna

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) omawia zmiany zachodzące w organizmie podczas wysiłku fizycznego;
- 2) wskazuje korzyści wynikające z aktywności fizycznej w terenie;
- 3) wskazuje możliwości wykorzystania nowoczesnych technologii do oceny dziennej aktywności fizycznej;
- 4) charakteryzuje nowoczesne formy aktywności fizycznej⁹
- 5) opisuje zasady wybranej formy aktywności fizycznej spoza Europy;
- 6) wyjaśnia ideę olimpijską, paraolimpijską i olimpiad specjalnych;

W zakresie umiejętności, uczeń:

- 1) wykonuje techniczne i taktyczne elementy gier: w koszykówce, piłce ręcznej i piłce nożnej: zwody, obronę „każdy swego”, w siatkówce: wystawienie zbiegu i odbiór piłki; ustawia się prawidłowo na boisku w ataku i obronie;
- 2) uczestniczy w grach szkolnych i uproszczonych
- 3) planuje szkolne rozgrywki sportowe według systemu pucharowego i „każdy z każdym”;
- 4) uczestniczy w wybranej formie aktywności fizycznej spoza Europy;
- 5) wykonuje wybrane ćwiczenie zwinnościowo-akrobatyczne¹⁰;
- 6) planuje i wykonuje dowolny układ gimnastyczny;
- 7) opracowuje i wykonuje indywidualnie, w parze lub zespole dowolny układ tańca z wykorzystaniem elementów nowoczesnych form aktywności fizycznej;
- 8) wybiera i pokonuje trasę biegu terenowego z elementami orientacji w terenie;
- 9) wykonuje bieg sprinterski ze startu niskiego;
- 10) wykonuje przekazanie pałeczki w biegu sztafetowym;
- 11) wykonuje skok w dal po rozbiegu z odbicia ze strefy lub belki oraz skoki przez przeszkody;
- 12) diagnozuje własną, dzienną aktywność fizyczną wykorzystując nowoczesne technologie (urządzenia monitorujące, aplikacje internetowe);

⁹ Np. pilates, zumba, Nordic Walking

¹⁰ Np. stanie na rękach lub na głowie z asekuracją przy ścianie lub drabinkach, przerzut bokiem, piramida dwójkowa lub trójkowa

13) przeprowadza rozgrzewkę w zależności od rodzaju aktywności;

3. Bezpieczeństwo w aktywności fizycznej

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) wymienia najczęstsze przyczyny oraz okoliczności wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych, omawia sposoby zapobiegania im;
- 2) wskazuje zagrożenia związane z uprawianiem niektórych dyscyplin sportu;

W zakresie umiejętności, uczeń:

- 1) stosuje zasady samoasekuracji i asekuracji;
- 2) potrafi zachować się w sytuacji wypadków i urazów w czasie zajęć ruchowych;

4. Edukacja zdrowotna.

W zakresie wiedzy, uczeń:

- 1) wymienia czynniki, które wpływają pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie oraz wskazuje te, na które może mieć wpływ;
- 2) omawia sposoby redukcji nadmiernego stresu i radzenia sobie z nim w sposób konstruktywny;
- 3) omawia konsekwencje zdrowotne stosowania używek w odniesieniu do podejmowania aktywności fizycznej;
- 4) wymienia przyczyny i skutki otyłości oraz nieuzasadnionego odchudzania się i używania sterydów w celu zwiększenia masy mięśni;
- 5) wyjaśnia wymogi higieny wynikające ze zmian zachodzących w organizmie w okresie dojrzewania;

W zakresie umiejętności, uczeń:

- 1) opracowuje rozkład dnia, uwzględniając proporcje między pracą a wypoczynkiem, wysiłkiem umysłowym a fizycznym;
- 2) dobiera rodzaj ćwiczeń relaksacyjnych do własnych potrzeb;
- 3) demonstruje ergonomiczne podnoszenie i przenoszenie przedmiotów o różnej wielkości i różnym ciężarze;

Kompetencje społeczne ucznia klas IV-VIII

- 1) uczestniczy w sportowych rozgrywkach klasowych w roli zawodnika, stosując zasady „czystej gry”: szacunku dla rywala, respektowania przepisów gry, podporządkowania się decyzjom sędziego, potrafi właściwie zachować się w sytuacji zwycięstwa i porażki, podziękować za wspólną grę;
- 2) pełni rolę organizatora, sędziego i kibica w ramach szkolnych zawodów sportowych;
- 3) wyjaśnia zasady kulturalnego kibicowania;
- 4) wyjaśnia, jak należy zachować się w sytuacjach związanych z aktywnością taneczną;

- 5) omawia znaczenie dobrych relacji z innymi ludźmi, w tym z rodzicami oraz rówieśnikami tej samej i odmiennej płci;
- 6) buduje poczucie własnej wartości identyfikując swoje mocne strony, planuje sposoby ich rozwoju oraz ma świadomość słabych stron, nad którymi należy pracować;
- 7) wykazuje kreatywność w poszukiwaniu rozwiązań sytuacji problemowych;
- 8) wykazuje umiejętność adekwatnej samooceny swoich możliwości psychofizycznych;
- 9) współpracuje w grupie szanując poglądy i wysiłki innych ludzi (asertywność, empatia);
- 10) motywuje innych do udziału w aktywności fizycznej ze szczególnym uwzględnieniem osób o niższej sprawności fizycznej i specjalnych potrzebach edukacyjnych;

Warunki realizacji

1. Szkoła zapewnia warunki realizacji określonych w podstawie programowej wymagań szczegółowych, które należy traktować jako wskaźniki rozwoju dyspozycji osobowych niezbędnych do realizacji celów kształcenia na danym etapie edukacji.
2. W realizacji zajęć z wychowania fizycznego należy odwoływać się do wiedzy dotyczącej biologii człowieka oraz wiedzy i umiejętności uzyskanych w nauce innych przedmiotów.
3. Odwołując się do rozporządzenia MEN, w *sprawie dopuszczalnych form realizacji obowiązkowych zajęć z wychowania fizycznego*, obowiązkowe zajęcia wychowania fizycznego dla uczniów klas IV-VIII szkół podstawowych mają być realizowane w formie:
 - 1) zajęć klasowo-lekcyjnych
 - 2) zajęć do wyboru przez ucznia: zajęć sportowych, zajęć rekreacyjno/sprawnościowo – zdrowotnych, zajęć tanecznych lub aktywnej turystyki;

Zajęcia klasowo – lekcyjne w szkołach podstawowych mają być realizowane w wymiarze nie mniejszym niż 2 godziny lekcyjne tygodniowo.

Mając na uwadze oczekiwania nauczycieli i możliwości organizacyjne szkół, przy poszanowaniu prawa uczniów do współdecydowania, **proponuje się** następujący model organizacji zajęć z wychowania fizycznego w szkole podstawowej:

- klasa IV - 4 godziny w systemie klasowo – lekcyjnym
- klasy V-VI – 3 + 1 (3 godziny w systemie klasowo – lekcyjnym, 1 godzina do wyboru przez ucznia)
- klasy VII-VIII - 2 + 2 (2 godziny w systemie klasowo – lekcyjnym, 2 godziny do wyboru przez ucznia)

Proponowany model wiąże się z tworzeniem przez szkoły własnej oferty zajęć uwzględniającej różnorodne aktywności fizyczne i formy organizacyjne (pozalekcyjne, pozaszkolne, zblokowane). Procedura organizowania zajęć do wyboru powinna wynikać z diagnozy zainteresowań uczniów oraz tradycji i możliwości organizacyjnych szkoły.

Zajęcia w grupach do wyboru powinny odbywać się w grupach zainteresowań, zgodnie z wyborem dokonany przez ucznia. Zajęcia takie mogą być prowadzone w grupach międzyoddziałowych (w jednej grupie mogą znajdować się uczniowie z różnych oddziałów tej samej klasy – rocznika) lub międzyklasowych (w jednej grupie mogą znajdować się uczniowie z różnych klas – roczników) w systemie lekcyjnym, pozalekcyjnym lub pozaszkolnym. **Dopuszcza się prowadzenie tych zajęć w obrębie klas (o wyborze formy aktywności fizycznej decydują uczniowie danej klasy), co minimalizuje trudności organizacyjne szkół.**

1. Zajęcia wychowania fizycznego powinny być prowadzone w sali sportowej, w specjalnie przygotowanym pomieszczeniu zastępczym bądź na boisku szkolnym. Szczególnie zalecane są zajęcia ruchowe na zewnątrz budynku szkolnego, w środowisku naturalnym. Szkoła powinna zapewnić urządzenia i sprzęt sportowy niezbędny do zdobycia przez uczniów umiejętności i wiadomości oraz kompetencji społecznych określonych w podstawie programowej.
2. Realizacja podstawy programowej w zakresie edukacji zdrowotnej powinna być dostosowana do potrzeb uczniów (po przeprowadzeniu diagnozy tych potrzeb) oraz do możliwości organizacyjnych szkoły. Uczniowie powinni aktywnie uczestniczyć w planowaniu, realizacji i ewaluacji zajęć.
3. Warunkiem skuteczności realizacji bloku tematycznego *edukacja zdrowotna* jest integrowanie treści z innymi przedmiotami, w tym np.: biologii, wychowania do życia w rodzinie, wiedzy o społeczeństwie, edukacji dla bezpieczeństwa. Wymaga to współdziałania nauczycieli różnych przedmiotów, współpracy z pielęgniarką albo higienistką szkolną oraz z rodzicami. Niezbędne jest także skoordynowanie tych zajęć z programami edukacyjnymi dotyczącymi zdrowia i profilaktyki zachowań ryzykownych lub chorób, oferowanymi szkołom przez różne podmioty.
4. Należy włączać, do realizacji treści wychowania fizycznego, uczniów czasowo bądź trwale zwolnionych z ćwiczeń fizycznej. Dotyczy to kompetencji z zakresu wiedzy w każdym bloku tematycznym oraz wybranych kompetencji z zakresu umiejętności ze szczególnym uwzględnieniem bloku *edukacja zdrowotna*.
5. W trosce o prawidłowy rozwój ucznia nie należy zapominać o działaniach szkoły wspomagających korygowanie i kompensowanie występujących u dzieci wad postawy. Powinno to odbywać się w ramach odrębnych zajęć gimnastyki korekcyjno – kompensacyjnej.
6. Plan pracy dydaktyczno – wychowawczej przygotowany przez nauczyciela musi uwzględniać wspieranie ucznia o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Dotyczy to zarówno wspomagania dzieci z trudnościami w nauce wynikającymi z niepełnosprawności i zaburzeń rozwojowych jak i dzieci uzdolnionych.

Kształcenie uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi wymaga od nauczyciela dopasowania celów, treści, metod, środków i tempa pracy do sprawności psychofizycznej (możliwości) ucznia. Do możliwości ucznia o specjalnych potrzebach edukacyjnych należy również dostosować przedmiotowy system oceniania.

Współcześnie, zgodnie z występującymi trendami w edukacji, edukacja włączająca stała się elementem szkolnej rzeczywistości. Fakt obecności uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych w szkołach masowych wymaga od nauczyciela odpowiedniej wiedzy i przygotowania praktycznego do pracy z tą grupą uczniów. Koniecznym staje się zatem doskonalenie zawodowe w tym kierunku jak również poszukiwanie bieżącej pomocy w dostępnych źródłach.