WYMAGANIA EDUKACYJNE
EDUKACJA ZDROWOTNA

1. Wymagania edukacyjne z edukacji zdrowotnej oparte na podstawie programu „Holistyczna edukacja prozdrowotna w szkole podstawowej - ciało, umysł, duch”.

Klasa IV

Wymagania są kumulatywne i odnoszą się do zakresu realizowanego w danym roku.

6 – celujący

- Uczeń samodzielnie łączy wiadomości z kilku działów, np. sen, ekrany, emocje i aktywność;
- Uczeń ocenia wiarygodność źródła zdrowotnego i jasno uzasadnia swoją ocenę;
- Uczeń rozwiązuje złożone studium przypadku, przewiduje skutki decyzji i proponuje bezpieczne rozwiązanie;
- Uczeń tworzy użyteczny materiał lub działanie edukacyjne i potrafi je poprawić po informacji zwrotnej.

5 – bardzo dobry

- Uczeń bardzo dobrze opanował wymagania klasy IV i samodzielnie stosuje je w nowych sytuacjach;
- Uczeń uzasadnia zasady higieny, odżywiania, snu, ruchu i bezpieczeństwa cyfrowego;
- Uczeń poprawnie analizuje sytuacje dotyczące emocji, relacji, granic i pomocy;
- Uczeń korzysta z rzetelnych źródeł i formułuje trafne wnioski.

4 – dobry

- Uczeń opanował większość wymagań i samodzielnie rozwiązuje typowe zadania;
- Uczeń wyjaśnia zależności między codziennymi wyborami a zdrowiem;
- Uczeń stosuje poznane schematy reagowania w typowych sytuacjach zagrożenia;
- Uczeń po niewielkiej wskazówce poprawia błędy i uzupełnia uzasadnienie.

3 – dostateczny

- Uczeń zna podstawowe pojęcia i zasady z dziewięciu działów;
- Uczeń rozpoznaje typową sytuację zdrowotną lub społeczną i wskazuje bezpieczną reakcję;
- Uczeń wykonuje proste zadanie praktyczne według instrukcji;
- Uczeń korzysta ze wskazanego źródła i odczytuje z niego najważniejszą informację.

2 – dopuszczający

- Uczeń z pomocą wyjaśnia, czym jest zdrowie i podaje przykłady zachowań wspierających zdrowie;
- Uczeń rozpoznaje podstawowe zasady higieny, odżywiania, ruchu, snu i bezpieczeństwa cyfrowego;

- Uczeń wie, że w sytuacji zagrożenia należy przerwać działanie i zwrócić się do zaufanej osoby dorosłej;
- Uczeń wykonuje najprostsze zadanie lub element procedury przy wyraźnej instrukcji.

Klasa V

Wymagania są kumulatywne i odnoszą się do zakresu realizowanego w klasie V. Ocenia się wiedzę i umiejętności wynikające z obowiązkowej edukacji zdrowotnej, a nie stan zdrowia ani prywatne doświadczenia ucznia.

6 – celujący

- Uczeń samodzielnie łączy profilaktykę fizyczną, psychiczną, społeczną, cyfrową i środowiskową w spójne rozwiązanie;
- Uczeń krytycznie porównuje źródła, aplikacje i przekazy zdrowotne, rozpoznaje uproszczenia oraz uzasadnia ocenę ich wiarygodności;
- Uczeń rozwiązuje złożone studium przypadku dotyczące stresu, przemocy, dojrzewania lub presji i przewiduje skutki kilku możliwych reakcji;
- Uczeń projektuje praktyczne działanie, testuje je, ocenia rezultat i wprowadza uzasadnione poprawki.

5 – bardzo dobry

- Uczeń bardzo dobrze opanował wymagania klasy V i samodzielnie stosuje je w nowych sytuacjach;
- Uczeń poprawnie wyjaśnia mechanizmy profilaktyki, stresu, asertywności, dojrzewania i bezpieczeństwa cyfrowego;
- Uczeń samodzielnie interpretuje etykiety, dane środowiskowe i materiały źródłowe oraz formułuje trafne wnioski;
- Uczeń dobiera bezpieczne reakcje na presję, przemoc, zagrożenie zdrowotne lub cyfrowe i rzeczowo je uzasadnia.

4 – dobry

- Uczeń opanował większość wymagań klasy V i samodzielnie rozwiązuje typowe zadania;
- Uczeń dobiera zasady profilaktyki, pomocy i bezpieczeństwa do przedstawionej sytuacji;
- Uczeń porównuje produkty, zachowania lub źródła i zwykle poprawnie uzasadnia wybór;
- Uczeń stosuje komunikat asertywny i wskazuje właściwą osobę lub instytucję pomocy.

3 – dostateczny

- Uczeń wyjaśnia podstawowe pojęcia związane z profilaktyką, stresem, asertywnością, dojrzewaniem i higieną cyfrową;

- Uczeń rozpoznaje typowe zagrożenie zdrowotne, społeczne, środowiskowe lub cyfrowe i wskazuje bezpieczną reakcję;
- Uczeń wykonuje proste zadanie praktyczne lub analizę według instrukcji;
- Uczeń odczytuje najważniejszą informację ze wskazanego źródła, etykiety lub prostego zestawu danych.

2 – dopuszczający

- Uczeń z pomocą podaje podstawowe zasady profilaktyki, higieny, odżywiania, ruchu, snu i bezpieczeństwa cyfrowego;
- Uczeń rozpoznaje przemoc, presję, wyraźnie ryzykowny kontakt lub objaw wymagający zgłoszenia osobie dorosłej;
- Uczeń z pomocą wskazuje właściwe źródło pomocy;
- Uczeń wykonuje najprostszy element zadania przy szczegółowej instrukcji.

Klasa VI

Wymagania są kumulatywne i odnoszą się do zakresu realizowanego w klasie VI. Nie wymaga się ujawniania prywatnych danych ani osobistych doświadczeń.

6 – celujący

- Uczeń samodzielnie integruje wymagania z kilku działów i projektuje rozwiązanie odpowiadające złożonemu problemowi zdrowotnemu;
- Uczeń krytycznie ocenia informacje, dane i przekazy, wskazuje ograniczenia dowodów oraz uzasadnia wybór wiarygodnych źródeł;
- Uczeń przewiduje krótko- i długoterminowe skutki decyzji dla zdrowia własnego, innych osób i środowiska;
- Uczeń ocenia skuteczność wykonanego działania, korzysta z informacji zwrotnej i proponuje trafne modyfikacje.

5 – bardzo dobry

- Uczeń bardzo dobrze opanował wymagania klasy VI i samodzielnie stosuje je w nowych, złożonych sytuacjach;
- Uczeń trafnie dobiera procedury pomocy, profilaktyki, komunikacji i ochrony granic oraz wyczerpująco uzasadnia wybór;
- Uczeń samodzielnie porównuje źródła, interpretuje dane i rozpoznaje dezinformację;
- Uczeń łączy wiedzę o zdrowiu fizycznym, psychicznym, społecznym, cyfrowym i środowiskowym w spójne wnioski.

4 – dobry

- Uczeń opanował większość wymagań klasy VI i samodzielnie stosuje wiedzę w typowych sytuacjach;
- Uczeń poprawnie dobiera procedurę wezwania pomocy, pierwszej pomocy emocjonalnej lub reakcji na zagrożenie;
- Uczeń analizuje prosty materiał źródłowy i uzasadnia decyzję zdrowotną;
- Uczeń wykonuje zadanie praktyczne, projekt lub doświadczenie zgodnie z ustalonym planem.

3 – dostateczny

- Uczeń wyjaśnia podstawowe zależności między stylem życia, profilaktyką, dobrostanem psychicznym, relacjami i środowiskiem;
- Uczeń rozpoznaje typową sytuację wymagającą pomocy i wskazuje właściwą reakcję;
- Uczeń wykonuje zadanie według instrukcji i formułuje prosty wniosek;
- Uczeń korzysta ze wskazanego, wiarygodnego źródła i odczytuje z niego najważniejsze informacje.

2 – dopuszczający

- Uczeń z pomocą rozpoznaje podstawowe zasady dbania o zdrowie i bezpieczeństwo;
- Uczeń wykonuje prosty krok procedury wezwania pomocy, odmowy lub zgłoszenia zagrożenia;
- Uczeń wskazuje zaufaną osobę dorosłą lub właściwe miejsce pomocy;
- Uczeń wykonuje najprostszy element zadania przy wyraźnej, etapowej instrukcji.

Klasa VII

Wymagania są kumulatywne i odnoszą się do zakresu realizowanego w klasie VII. Wymagania oznaczone jako „do wyboru" mogą być podstawą oceny tylko wtedy, gdy zostały wybrane do realizacji w programie i rzeczywiście zrealizowane z klasą.

6 – celujący

- Uczeń samodzielnie łączy wymagania z kilku działów, analizuje złożony problem i projektuje odpowiedzialne rozwiązanie;
- Uczeń krytycznie ocenia dowody, język i wiarygodność źródeł oraz rozpoznaje dezinformację i manipulację;
- Uczeń przewiduje skutki decyzji dla zdrowia jednostki, relacji, zdrowia publicznego i środowiska;
- Uczeń tworzy działanie edukacyjne lub społeczne, ocenia jego rezultat i wprowadza trafne poprawki.

5 – bardzo dobry

- Uczeń bardzo dobrze opanował wymagania klasy VII i samodzielnie stosuje je w nowych sytuacjach;
- Uczeń trafnie analizuje przypadki dotyczące chorób zakaźnych, relacji, dobrostanu, środowiska i bezpieczeństwa cyfrowego;
- Uczeń samodzielnie korzysta z wiarygodnych źródeł, porównuje dane i wyczerpująco uzasadnia wnioski;
- Uczeń dobiera bezpieczne działania, uwzględniając godność, potrzeby i granice osób uczestniczących w sytuacji.

4 – dobry

- Uczeń opanował większość wymagań klasy VII i samodzielnie stosuje wiedzę w typowych sytuacjach;

- Uczeń dobiera profilaktykę do drogi zakażenia i rozpoznaje sygnały wymagające pilnej pomocy;
- Uczeń analizuje relację, przekaz cyfrowy lub problem środowiskowy i uzasadnia właściwą reakcję;
- Uczeń wykonuje zadanie praktyczne lub projekt zgodnie z planem i formułuje poprawne wnioski.

3 – dostateczny

- Uczeń wyjaśnia podstawowe pojęcia dotyczące godności, chorób zakaźnych, aktywności, relacji, dojrzewania, klimatu i ryzyk cyfrowych;
- Uczeń rozpoznaje typową sytuację zagrożenia i wskazuje bezpieczne działanie lub źródło pomocy;
- Uczeń wykonuje prostą analizę przypadku lub materiału według instrukcji; Uczeń odczytuje najważniejsze informacje ze wskazanego, wiarygodnego źródła.

2 – dopuszczający

- Uczeń z pomocą rozpoznaje podstawowe informacje i zasady bezpieczeństwa objęte zakresem klasy VII;
- Uczeń wskazuje, kiedy należy przerwać ryzykowne działanie i zwrócić się do osoby dorosłej lub specjalisty;
- Uczeń wykonuje prosty element procedury, analizy lub projektu przy wyraźnej instrukcji;
- Uczeń odróżnia w prostym przykładzie zachowanie wspierające zdrowie od wyraźnie ryzykownego.

Klasa VIII

Wymagania są kumulatywne i odnoszą się do zakresu realizowanego w klasie VIII. Wymagania oznaczone jako „do wyboru" mogą być podstawą oceny wyłącznie wtedy, gdy zostały wybrane do realizacji i rzeczywiście zrealizowane z klasą.

6 – celujący

- Uczeń w pełni i samodzielnie integruje wiedzę z różnych obszarów zdrowia, analizuje złożone zależności i projektuje odpowiedzialne rozwiązania;
- Uczeń krytycznie ocenia dowody, dane, argumenty i język przekazów, rozpoznaje dezinformację oraz jasno uzasadnia wnioski;
- Uczeń przewiduje konsekwencje decyzji dla zdrowia jednostki, relacji, zdrowia publicznego i środowiska oraz rozważa ograniczenia proponowanych działań;
- Uczeń realizuje projekt lub doświadczenie, ocenia jego skuteczność i samodzielnie wprowadza trafne poprawki.

5 – bardzo dobry

- Uczeń bardzo dobrze opanował wymagania klasy VIII i samodzielnie stosuje je w nowych, złożonych sytuacjach;

- Uczeń trafnie analizuje informacje o szczepieniach, czynnikach ryzyka, żywieniu, zdrowiu psychicznym, substancjach i technologii;
- Uczeń samodzielnie dobiera bezpieczne, niestygmatyzujące i oparte na dowodach rozwiązania oraz wyczerpująco je uzasadnia;
- Uczeń poprawnie przeprowadza analizę konfliktu, ryzyka albo dostępności i formułuje użyteczne rekomendacje.

4 – dobry

- Uczeń opanował większość wymagań klasy VIII i samodzielnie stosuje wiedzę w typowych sytuacjach;
- Uczeń rozpoznaje dezinformację, manipulację, presję i zachowania ryzykowne oraz dobiera właściwą reakcję;
- Uczeń analizuje prosty zestaw danych, przypadek lub przekaz i uzasadnia wniosek;
- Uczeń wykonuje zadanie praktyczne lub projekt zgodnie z planem i korzysta z informacji zwrotnej.

3 – dostateczny

- Uczeń wyjaśnia podstawowe pojęcia dotyczące zdrowia publicznego, chorób cywilizacyjnych, aktywności, żywienia, obrazu ciała, mediacji, środowiska i uzależnień;
- Uczeń rozpoznaje typową sytuację ryzyka i wskazuje bezpieczne działanie lub źródło pomocy;
- Uczeń wykonuje prostą analizę lub zadanie praktyczne według instrukcji;
- Uczeń odczytuje najważniejsze informacje ze wskazanego, wiarygodnego źródła.

2 – dopuszczający

- Uczeń z pomocą rozpoznaje podstawowe informacje i zasady bezpieczeństwa objęte zakresem klasy VIII;
- Uczeń odróżnia w prostym przykładzie zachowanie wspierające zdrowie od wyraźnie ryzykownego;
- Uczeń wskazuje, kiedy należy zwrócić się do osoby dorosłej, pracownika ochrony zdrowia lub specjalisty;
- Uczeń wykonuje najprostszy element zadania przy wyraźnej, etapowej instrukcji.

3. Doświadczenie edukacyjne i ocena pracy praktycznej

Podstawa programowa wymaga co najmniej jednego doświadczenia edukacyjnego w każdym roku szkolnym. Może ono zostać wybrane przez ucznia samodzielnie lub wspólnie z nauczycielem

4. Dostosowanie wymagań i wsparcie ucznia

- dostosowanie może dotyczyć formy polecenia, czasu, liczby elementów zadania, sposobu odpowiedzi, materiałów wspierających i warunków wykonania;

- nie oznacza automatycznego obniżenia celu kształcenia, lecz umożliwia uczniowi wykazanie wiedzy i umiejętności w dostępny sposób;
- dla ucznia z orzeczeniem lub opinią uwzględnia się wskazania dokumentu oraz, gdy dotyczy, ustalenia IPE;
- uczeń objęty pomocą psychologiczno-pedagogiczną bez opinii także może mieć dostosowane wymagania na podstawie rozpoznania nauczycieli i specjalistów;
- materiały o przemocy, autoagresji, zaburzeniach psychicznych, dojrzewaniu i uzależnieniach realizuje się językiem bezpiecznym, bez epatowania szczegółami i bez wymuszania dyskusji osobistej.