Wymagania edukacyjne na poszczególne oceny z Edukacji Zdrowotnej

Dopuszczający (2)

Uczeń spełnia wymagania edukacyjne na ocenę dopuszczającą, jeżeli:

- **Wiedza:** Przy pomocy nauczyciela definiuje podstawowe pojęcia dotyczące zdrowia (np. aktywne spędzanie czasu, zrównoważona dieta, podstawowe zasady higieny).
- **Umiejętności:** Potrafi podać przykłady zachowań prozdrowotnych i niezdrowych w codziennym życiu.
- **Praktyczne Doświadczenie Edukacyjne (PDE):** Przy wsparciu nauczyciela lub zespołu wykonuje podstawowy etap obowiązkowego projektu/doświadczenia praktycznego (np. wypełnia prosty dzienniczek aktywności fizycznej lub czasu ekranowego).
- **Zaangażowanie:** Bierze udział w zajęciach i stosuje się do podstawowych zasad bezpieczeństwa.

Dostateczny (3)

Uczeń spełnia wymagania na ocenę dopuszczającą oraz:

- **Wiedza:** Samodzielnie wyjaśnia kluczowe pojęcia związane ze zdrowiem fizycznym, psychicznym i społecznym; zna zasady zbilansowanej diety oraz higieny cyfrowej.
- **Umiejętności:** Opisuje wpływ czynników zewnętrznych (np. snu, aktywności, diety, używek) na samopoczucie i zdrowie.
- **Praktyczne Doświadczenie Edukacyjnego (PDE):** Samodzielnie realizuje i oddaje w terminie co najmniej jedno wybrane doświadczenie edukacyjne (np. przygotowuje i analizuje tygodniowy plan własnej aktywności fizycznej).
- **Zaangażowanie:** Odpowiada na pytania podczas zajęć i wykonuje polecenia w pracy indywidualnej.

Dobry (4)

Uczeń spełnia wymagania na ocenę dostateczną oraz:

- **Wiedza:** Wyjaśnia związki przyczynowo-skutkowe między stylem życia a ryzykiem chorób cywilizacyjnych; poprawnie interpretuje podstawowe wskaźniki zdrowotne oraz informacje z etykiet produktów.

- **Umiejętności:** Potrafi przeanalizować własne nawyki (np. czas spędzany przed ekranem, poziom stresu, jakość snu) i wyciągnąć z nich konstruktywne wnioski.
- **Praktyczne Doświadczenie Edukacyjne (PDE):** Realizuje wybrane zadanie praktyczne na wysokim poziomie – dokonuje rzetelnej analizy zgromadzonych danych i przedstawia wnioski w ustalonej formie (np. prezentacji, plakatu).
- **Zaangażowanie:** Aktywnie uczestniczy w dyskusjach klasowych, wykazując postawę odpowiedzialności za zdrowie własne i rówieśników.

Bardzo dobry (5)

Uczeń spełnia wymagania na ocenę dobrą oraz:

- **Wiedza:** Wykazuje się dojrzałą wiedzą opartą na dowodach naukowych z zakresu promocji zdrowia, zapobiegania zagrożeniom oraz pierwszej pomocy.
- **Umiejętności:** Krytycznie ocenia informacje dotyczące zdrowia pojawiające się w mediach i internecie (rozpoznaje tzw. fake newsy); sprawnie proponuje rozwiązania problemów zdrowotnych w swoim otoczeniu.
- **Praktyczne Doświadczenie Edukacyjnego (PDE):** Przeprowadza złożone doświadczenie praktyczne (np. opracowuje plan poprawy nawyków żywieniowych w rodzinie/szkole i samodzielnie ewaluuje jego efekty, prowadzi z uczniami ćwiczenia śródlekcyjne lub relaksacyjne i omawia ich wpływ na zdrowie)
- **Zaangażowanie:** Inicjuje działania prozdrowotne w grupie, wykazując się postawą lidera oraz empatią wobec innych. Jest zawsze przygotowany do zajęć.

Celujący (6)

Uczeń spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą oraz:

- **Wiedza i Postawa:** Wyróżnia się postawą będącą wzorem promowania zdrowego stylu życia w społeczności szkolnej lub lokalnej.
- **Projekt i Innowacyjność:** Wykonuje dodatkowe lub szczególnie rozbudowane Praktyczne Doświadczenie Edukacyjne (np. inicjuje i organizuje kampanię społeczną na terenie szkoły dotyczącą zdrowia psychicznego lub aktywności fizycznej).
- **Aktywność Pozalekcyjna:** Bierze udział w konkursach lub projektach szkolnych lub pozaszkolnych związanych ze zdrowiem, pierwszą pomocą czy ochroną środowiska.

Zasady oceniania i informacje dla ucznia i rodziców

1. **Główny akcent:** Ocenianiu podlega przede wszystkim **postęp ucznia, jego zaangażowanie, umiejętność wyciągania wniosków oraz wymiar praktyczny (PDE)**, a nie jedynie teoretyczna wiedza pamięciowa.
2. **Kryteria PDE:** Każde Praktyczne Doświadczenie Edukacyjne oceniane jest według wcześniej przedstawionych uczniom kryteriów dotyczących konkretnego zadania
3. **Prawa rodziców:** Treści z zakresu fakultatywnego modułu Zdrowie seksualne nie wpływają na ocenę z przedmiotu i nie stanowią podstawy do wystawienia stopnia.