

Wymagania edukacyjne – Edukacja zdrowotna – Klasa 4

Ocena	Wymagania edukacyjne
Dopuszczająca	- Uczeń z pomocą nauczyciela wymienia podstawowe zasady higieny. - Rozpoznaje najprostsze emocje (radość, smutek). - Zna podstawowe numery alarmowe. - Wie, że aktywność fizyczna jest potrzebna. - Wskazuje zdrowe i niezdrowe produkty na ilustracjach. - Z pomocą nauczyciela potrafi mierzyć temperaturę. - Zna zasady bezpiecznego korzystania z internetu na poziomie podstawowym.
Dostateczna	- Samodzielnie opisuje zasady higieny osobistej. - Wymienia korzyści aktywności fizycznej. - Rozpoznaje kilka emocji i potrafi je nazwać. - Odróżnia zdrowe i niezdrowe nawyki żywieniowe. - Wie, kiedy należy zgłosić się do lekarza. - Zna zagrożenia cyfrowe (hejt, oszustwo). - Potrafi wskazać proste zachowania proekologiczne.
Dobra	- Wyjaśnia, dłaczego higiena jest ważna. - Planuje prosty aktywny dzień (np. spacer, rower). - Opisuje zdrowy styl życia (sen, ruch, dieta). - Zna objawy choroby, które wymagają reakcji. - Potrafi komunikować swoje potrzeby w sposób kulturalny. - Rozumie wpływ środowiska na zdrowie. - Stosuje zasady bezpieczeństwa online w praktyce.
Bardzo dobra	- Samodzielnie i poprawnie stosuje zasady higieny na co dzień. - Potrafi uzasadnić wybory żywieniowe. - Planuje zdrowy jadłospis jednodniowy. - Stosuje techniki radzenia sobie ze stresem (oddech, przerwa, rozmowa). - Buduje pozytywne relacje w grupie. - Potrafi wskazać instytucje ochrony zdrowia i ich zadania. - Świadomie ogranicza czas ekranowy.
Celująca	- Wykonuje doświadczenie edukacyjne zgodnie z nową podstawą (np. dziennik nawyków, analiza czasu ekranowego). - Samodzielnie analizuje swoje nawyki zdrowotne i proponuje zmiany. - Aktywnie promuje zdrowy styl życia w klasie lub domu. - Potrafi wyjaśnić zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym i społecznym. - Wykazuje się wysoką kulturą osobistą i empatią. - W sytuacjach trudnych reaguje modelowo i odpowiedzialnie.