

Wymagania edukacyjne – Edukacja zdrowotna, klasa 5

Ocena	Wymagania edukacyjne
Dopuszczająca	- Zna podstawowe pojęcia zdrowotne (zdrowie, higiena, bezpieczeństwo). - Wymienia przykłady zdrowych zachowań. - Rozpoznaje podstawowe emocje. - Zna zasady higieny osobistej. - Podejmuje próbę wykonania prostego zadania zdrowotnego przy wsparciu nauczyciela. - Zna podstawowe zasady bezpieczeństwa cyfrowego.
Dostateczna	- Wyjaśnia zależności między zachowaniami a zdrowiem (sen, ruch, dieta). - Stosuje proste strategie radzenia sobie ze stresem. - Analizuje etykiety produktów na podstawowym poziomie. - Zna zasady higieny cyfrowej i potrafi je wymienić. - Rozpoznaje sygnały przeciążenia organizmu. - Wykonuje zadanie zdrowotne według instrukcji.
Dobra	- Analizuje własne nawyki zdrowotne i wskazuje możliwe zmiany. - Stosuje techniki radzenia sobie ze stresem w praktyce. - Planuje zdrowy posiłek zgodnie z talerzem żywieniowym. - Ocenia wpływ Internetu na zdrowie psychiczne. - Stosuje zasady bezpiecznej aktywności fizycznej. - Wykonuje zadanie zdrowotne samodzielnie i przedstawia wnioski.
Bardzo dobra	- Samodzielnie analizuje czynniki wpływające na zdrowie i uzasadnia swoje opinie. - Stosuje komunikację bez przemocy w sytuacjach szkolnych. - Ocenia wiarygodność informacji zdrowotnych z różnych źródeł. - Tworzy plan tygodniowej aktywności zgodny z zaleceniami WHO. - Analizuje wpływ środowiska na zdrowie człowieka. - Realizuje zadanie zdrowotne twórczo i prezentuje je w atrakcyjnej formie.
Celująca	- Samodzielnie i twórczo rozwija temat zdrowia, wykraczając poza program. - Przygotowuje projekt prozdrowotny dla klasy lub szkoły. - Prowadzi pogłębioną analizę nawyków (dieta, sen, aktywność, emocje, Internet). - Stosuje zaawansowane techniki radzenia sobie ze stresem i potrafi je zaprezentować innym. - Wykazuje się inicjatywą społeczną w działaniach na rzecz zdrowia. - Realizuje zadanie zdrowotne na poziomie eksperckim (raport, prezentacja, kampania).