

Wymagania edukacyjne – Edukacja zdrowotna, klasa 6

Ocena	Wymagania edukacyjne
Dopuszczająca	- Uczeń rozpoznaje podstawowe pojęcia dotyczące zdrowia fizycznego i psychicznego. - Wymienia przykłady zdrowych zachowań (ruch, sen, higiena). - Zna podstawowe zasady bezpieczeństwa w domu, szkole i Internecie. - Rozpoznaje emocje na podstawowym poziomie. - Wykonuje proste zadania przy wsparciu nauczyciela.
Dostateczna	- Uczeń wyjaśnia proste zależności między zachowaniami a zdrowiem. - Stosuje podstawowe zasady higieny i bezpieczeństwa cyfrowego. - Rozpoznaje sygnały stresu i przeciążenia organizmu. - Analizuje etykiety produktów na poziomie podstawowym. - Wykonuje zadania według instrukcji.
Dobra	- Uczeń analizuje własne nawyki zdrowotne i wskazuje możliwe zmiany. - Stosuje techniki radzenia sobie ze stresem odpowiednie do wieku. - Planuje zdrowy posiłek zgodnie z zasadami talerza żywieniowego. - Ocenia wpływ Internetu na samopoczucie i relacje. - Samodzielnie wykonuje zadania i przedstawia wnioski.
Bardzo dobra	- Uczeń analizuje czynniki wpływające na zdrowie i potrafi je uzasadnić. - Stosuje komunikację bez przemocy (NVC) w sytuacjach szkolnych. - Ocenia wiarygodność informacji zdrowotnych z różnych źródeł. - Tworzy plan tygodniowej aktywności fizycznej zgodny z zaleceniami dla wieku 11–12 lat. - Samodzielnie realizuje zadanie projektowe i prezentuje je w klasie.
Celująca	- Uczeń wykracza poza program, rozwijając temat zdrowia w sposób twórczy. - Przygotowuje projekt prozdrowotny dla klasy lub szkoły. - Prowadzi pogłębioną analizę własnych nawyków (dieta, sen, aktywność, emocje, Internet). - Stosuje zaawansowane strategie radzenia sobie ze stresem i potrafi je zaprezentować innym. - Wykazuje inicjatywę społeczną w działaniach na rzecz zdrowia.