

Wymagania edukacyjne – Edukacja zdrowotna, klasa 7

Ocena	Wymagania edukacyjne
Dopuszczająca	- Uczeń wykonuje proste zadania przy wsparciu nauczyciela. - Rozpoznaje podstawowe pojęcia dotyczące zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego. - Wymienia przykłady zdrowych zachowań (sen, ruch, dieta). - Rozpoznaje podstawowe emocje i potrafi je nazwać. - Zna podstawowe zasady bezpieczeństwa i higieny cyfrowej. - Podejmuje próbę wykonania doświadczenia edukacyjnego z pomocą nauczyciela.
Dostateczna	- Uczeń wyjaśnia proste zależności między zachowaniami a zdrowiem. - Stosuje podstawowe strategie radzenia sobie ze stresem. - Analizuje etykiety produktów na poziomie podstawowym. - Zna zasady higieny cyfrowej i potrafi je zastosować. - Rozpoznaje sygnały przeciążenia organizmu. - Wykonuje doświadczenie edukacyjne według instrukcji.
Dobra	- Uczeń 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. - Samodzielnie wykonuje doświadczenie edukacyjne i przedstawia wnioski.
Bardzo dobra	- Uczeń analizuje czynniki wpływające na zdrowie i uzasadnia swoje opinie. - Stosuje komunikację bez przemocy (NVC) w sytuacjach szkolnych. - Ocenia wiarygodność informacji zdrowotnych z różnych źródeł. - Tworzy plan tygodniowej aktywności fizycznej zgodny z zaleceniami WHO. - Analizuje wpływ klimatu i środowiska na zdrowie człowieka. - Twórczo realizuje doświadczenie edukacyjne i prezentuje je w atrakcyjnej formie.
Celująca	- Uczeń twórczo rozwija temat zdrowia, wykraczając poza program. - Przygotowuje projekt prozdrowotny dla klasy lub szkoły. - Prowadzi pogłębioną analizę własnych 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 rozszerzone doświadczenie edukacyjne (np. raport, kampania, prezentacja).