

WYMAGANIA EDUKACYJNE
NIEZBĘDNE DO UZYSKANIA POSZCZEGÓLNYCH ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN
Z EDUKACJI ZDROWOTNEJ W KLASIE VII

Ocenę niedostateczną otrzymuje uczeń, który nie spełnia wymagań na ocenę dopuszczającą, nie posiada podstawowych wiadomości i umiejętności niezbędnych do kontynuowania nauki oraz przyswajania nowych treści w klasie wyższej.

Wymagania edukacyjne na ocenę:				
dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
Uczeń wykazuje minimalną znajomość najważniejszych treści i pojęć z zakresu edukacji zdrowotnej, przy pomocy nauczyciela potrafi wykonać najprostsze zadania.	Uczeń posiada wiedzę i umiejętności określone dla oceny dopuszczającej, a ponadto: zna podstawowe pojęcia i zasady zdrowego stylu życia w stopniu przeciętnym; trudności sprawiają mu bardziej złożone zagadnienia analityczne i refleksyjne.	Uczeń posiada wiedzę i umiejętności określone dla oceny dostatecznej, a ponadto: opanował zakres materiału w stopniu zadowalającym, poprawnie rozwiązuje typowe problemy i wykazuje właściwą postawę podczas zajęć.	Uczeń posiada wiedzę i umiejętności określone dla oceny dobrej, a ponadto: dobrze zna i rozumie treści programowe, poprawnie interpretuje zagadnienia związane z higieną, emocjami i relacjami oraz aktywnie i bezbłędnie wykonuje zadania praktyczne i projekty.	Uczeń posiada wiedzę i umiejętności określone dla oceny bardzo dobrej, a ponadto: opanował pełny zakres wiedzy i umiejętności z programu, wykazuje się dojrzałą postawą prozdrowotną, aktywnie uczestniczy w dyskusjach, potrafi bezbłędnie analizować złożone sytuacje i argumentować wybory dotyczące dobrostanu fizycznego i psychicznego
Wartości i postawy				
• zna podstawowe prawa człowieka dotyczące zdrowia i intymności.	• zna autonomię decyzyjną jednostki w sprawach zdrowotnych.	• zna i stosuje wartości bioetyczne w ocenianiu wyborów życiowych.	• poprawnie stosuje zasady szacunku dla wyborów prozdrowotnych innych ludzi.	• tworzy głębokie refleksje bioetyczne i argumentuje stanowiska w dyskusjach.
Zdrowie fizyczne				
• zna pojęcia profilaktyki nowotworowej i samobadania.	• zna czynniki ryzyka rozwoju chorób układu krążenia i nowotworów.	• zna i stosuje procedury RKO z użyciem defibrylatora AED (teoria/praktyka).	• poprawnie stosuje procedury postępowania w stanach zagrożenia życia.	• tworzy i koordynuje akcje profilaktyki zdrowotnej oraz pokazy ratownictwa.

Aktywność fizyczna				
zna bilans energetyczny organizmu.	zna zasady dobierania aktywności fizycznej do celów zdrowotnych.	zna i stosuje wartości bioetyczne w ocenianiu wyborów życiowych.	poprawnie stosuje zasady szacunku dla wyborów prozdrowotnych innych ludzi.	tworzy głębokie refleksje bioetyczne i argumentuje stanowiska w dyskusjach.
Odżywianie				
zna pojęcie indeksu glikemicznego i zaburzeń metabolicznych.	zna wpływ diety na pracę mózgu i układu nerwowego.	zna i stosuje procedury RKO z użyciem defibrylatora AED (teoria/praktyka).	poprawnie stosuje procedury postępowania w stanach zagrożenia życia.	tworzy i koordynuje akcje profilaktyki zdrowotnej oraz pokazy ratownictwa.
Zdrowie psychiczne				
zna objawy depresji i zaburzeń lękowych.	zna przyczyny i skutki stygmatyzacji osób z problemami psychicznymi.	zna i stosuje zaawansowane techniki redukcji stresu (mindfulness, treningi oddechowe).	poprawnie stosuje pierwszą pomoc emocjonalną w sytuacjach kryzysowych.	tworzy projekty wspierające dobrostan psychiczny i przełamujące tabu zaburzeń psychicznych.
Zdrowie społeczne				
zna zasady budowania dojrzałych relacji partnerskich i przyjacielskich.	zna przyczyny przemocy w relacjach i pojęcie toksycznych więzi.	zna i stosuje zasady asertywnej obrony przed manipulacją i presją rówieśniczą.	poprawnie stosuje kryteria rozpoznawania relacji opartych na wzajemności.	tworzy strategie rozwiązywania trudnych problemów społecznych w grupie.
Dojrzewanie				
zna budowę i funkcjonowanie układu rozrodczego.	zna przebieg cyklu menstruacyjnego oraz procesy dojrzewania płciowego.	zna i stosuje zasady dbania o zdrowie prokreacyjne i higienę intymną.	poprawnie stosuje wiedzę biomedyczną w analizie procesów dojrzewania.	tworzy merytoryczne opracowanie dotyczące zdrowia prokreacyjnego i dojrzałości psychoseksualnej.
Zdrowie środowiskowe				
zna pojęcie zmian klimatycznych w kontekście zdrowia ludzi (moduł klimatyczny).	zna wpływ jakości powietrza (smog) i wody na występowanie chorób.	zna i stosuje sposoby ochrony przed szkodliwymi czynnikami środowiskowymi.	poprawnie stosuje działania ograniczające ślad węglowy i odpady.	tworzy projekty badawcze dotyczące wpływu środowiska na zdrowie lokalnych mieszkańców.

Internet i profilaktyka uzależnień				
zna pojęcie uzależnień chemicznych (narkotyki, dopalacze, leki).	zna mechanizm powstawania uzależnienia i fazy uzależnienia.	zna i stosuje zasady krytycznego odbioru treści w mediach społecznościowych.	poprawnie stosuje umiejętności odmowy sięgania po substancje psychoaktywne.	tworzy kampanie społeczne dotyczące profilaktyki uzależnień chemicznych i cyfrowych.