

WYMAGANIA EDUKACYJNE

NIEZBĘDNE DO UZYSKANIA POSZCZEGÓLNYCH ŚRÓDROCZNYCH I ROCZNYCH OCEN

Z EDUKACJI ZDROWOTNEJ W KLASIE VIII

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	dobłą	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 rolę odpowiedzialności etycznej w podejmowaniu decyzji życiowych.	• zna i charakteryzuje postawę odpowiedzialnego dorosłego.	• zna i stosuje wyznaczone wartości w kreowaniu własnej ścieżki życiowej.	• poprawnie stosuje dojrzałą argumentację etyczną w złożonych dylematach.	• tworzy spójny, indywidualny system wartości prozdrowotnych i prospołecznych.
Zdrowie fizyczne				
• zna organizację systemu ochrony zdrowia i prawa pacjenta.	• zna zasady świadomego korzystania z usług medycznych i leków.	• zna i stosuje wiedzę z samokontroli zdrowotnej i profilaktyki dorosłych.	• poprawnie stosuje procedury ratownicze i reagowania w sytuacjach katastrof.	• tworzy poradniki prawne i medyczne młodego dorosłego wspierające samostanowienie zdrowotne.
Aktywność fizyczna				
• zna zalecenia WHO dotyczące aktywności fizycznej dla młodzieży i dorosłych.	• zna wpływ aktywności fizycznej na zapobieganie przedwczesnej starości.	• zna i stosuje zasadę całodobowego dbania o zdrowie (ruch, sen, relaks).	• poprawnie stosuje nawyki aktywnego spędzania czasu wolnego w dorosłym życiu.	• tworzy kompleksowe programy promujące zdrowy styl życia w społeczności rówieśniczej.

Odżywianie				
• zna konsekwencje stosowania drastycznych diet i głodówek.	• zna zasady bezpiecznego i zrównoważonego odżywiania na etapach dojrzewania.	• zna i stosuje świadome wybory żywieniowe bez ulegania modom dietetycznym.	• poprawnie stosuje ocenę wiarygodności informacji dietetycznych w mediach.	• tworzy krytyczne opracowaniu rynkowych trendów żywieniowych oparciu o naukę.
Zdrowie psychiczne				
• zna czynniki chroniące i ryzyka w kryzysach suicydalnych i autoagresji.	• zna system wsparcia zdrowia psychicznego w Polsce.	• zna i stosuje strategie budowania odporności psychicznej (resilience).	• poprawnie stosuje pomoc psychologiczną w obniżaniu stygmatyzacji zaburzeń.	• tworzy i realizuje projekty edukacji emocjonalnej dla młodszych roczników.
Zdrowie społeczne				
• zna zasady budowania trwałych relacji i odpowiedzialnego rodzicielstwa.	• zna przyczyny i konsekwencje dyskryminacji i wykluczenia społecznego.	• zna i stosuje umiejętności rozwiązywania konfliktów społecznych i małżeńskich.	• poprawnie stosuje zasady równego traktowania i tolerancji w działaniu.	• tworzy inicjatywy obywatelskie i społeczne wspierające grupy wykluczone.
Dojrzewanie				
• zna biologiczne i psychiczne aspekty ludzkiej prokreacji.	• zna pojęcie świadomego rodzicielstwa i zdrowia seksualnego.	• zna i stosuje zasady ochrony zdrowia intymnego i profilaktyki STI.	• poprawnie stosuje dojrzałe postawy odpowiedzialności w sferze psychoseksualnej.	• tworzy merytoryczne i etyczne refleksje dotyczące dojrzałości do tworzenia rodziny.
Zdrowie środowiskowe				
• zna wyzwania klimatyczne i ich bezpośredni wpływ na zdrowie publiczne.	• zna zasady zrównoważonego rozwoju i ekologii zdrowotnej.	• zna i stosuje działania na rzecz ochrony zasobów naturalnych w codziennym życiu.	• poprawnie stosuje krytyczną analizę polityk środowiskowych i prozdrowotnych.	• tworzy inicjatywy i akcje środowiskowo-zdrowotne o zasięgu lokalnym.
Internet i profilaktyka uzależnień				
• zna prawne i społeczne skutki zażywania i posiadania substancji zakazanych.	• zna mechanizmy powstawania uzależnień mieszanych i behawioralnych.	• zna i stosuje zasady asertywnej obrony przed presją otoczenia w dorosłym życiu.	• poprawnie stosuje strategię bezpiecznego funkcjonowania w cyfrowym świecie.	• tworzy autorskie kampanie profilaktyki uzależnień i promuje życie bez używek.