Wymagania edukacyjne

i sposoby sprawdzania osiągnięć

edukacyjnych z edukacji zdrowotnej

dla klasy 6 szkoły podstawowej

1. Wymagania edukacyjne niezbędne do otrzymania przez ucznia poszczególnych śródrocznych i rocznych ocen klasyfikacyjnych z zajęć edukacji zdrowotnej w klasie 6, wynikających z realizowanego programu nauczania.

Treści nauczania	Niezbędne wymagania				
	ocena dopuszczająca *Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:*	ocena dostateczna *Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dopuszczającą oraz:*	ocena dobra *Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dostateczną oraz:*	ocena bardzo dobra *Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dobrą oraz:*	ocena celująca *Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą oraz:*
Zdrowie fizyczne	• wymienia przykłady chorób cywilizacyjnych; • określa, czym są szczepienia;	• opisuje czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych (w tym nadwagi i otyłości); • podaje przykłady zasad profilaktyki chorób cywilizacyjnych (w tym nadwagi i otyłości); • uzasadnia, dlaczego warto się szczepić;	• wyjaśnia znaczenie regularnych badań profilaktycznych; • rozróżnia badania profilaktyczne i przesiewowe;	• wyjaśnia znaczenie monitorowania zdrowia przez całe życie;	• opracowuje materiał (np. prezentację, ulotkę) na temat profilaktyki wybranej choroby cywilizacyjnej, korzystając z wiarygodnych źródeł naukowych;
Aktywność fizyczna	• wymienia zagrożenia wynikające z braku aktywności fizycznej; • określa, ile godzin snu dziennie potrzebuje nastolatek;	• opisuje skutki siedzącego trybu życia; • wymienia czynniki wpływające na dobry sen;	• opisuje znaczenie ćwiczeń relaksacyjnych w redukcji stresu i napięcia; • opisuje cechy prawidłowej postawy ciała podczas siedzenia, stania, chodzenia i noszenia plecaka;	• wyjaśnia znaczenie prawidłowej postawy dla zdrowia kręgosłupa i całego organizmu;	• przygotowuje zestaw ćwiczeń wzmacniających mięśnie posturalne, wykorzystując źródła naukowe;

Treści nauczania	Niezbędne wymagania				
	ocena dopuszczająca *Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:*	ocena dostateczna *Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dopuszczającą oraz:*	ocena dobra *Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dostateczną oraz:*	ocena bardzo dobra *Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dobrą oraz:*	ocena celująca *Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą oraz:*
Odżywianie	• wymienia produkty zalecane i niezalecane w codziennej diecie; • określa, jak rozpoznać świeżość produktów; • określa sposoby przechowywania żywności;	• opisuje zasady zdrowego nawadniania; • rozróżnia pojęcia „należy spożyć do” i „najlepiej spożyć przed”;	• opisuje rolę składników odżywczych i budulcowych dla organizmu;	• wyjaśnia pojęcie świadomej konsumpcji i szacunku do zasobów;	• planuje zakupy i posiłki dla jednej osoby na trzy dni, tak by nic się nie zmarnowało;
Zdrowie psychiczne	• podaje przykłady technik radzenia sobie ze stresem;	• opisuje sytuacje wymagające wsparcia psychologicznego; • definiuje pojęcie pozytywnej samooceny;	• opisuje, jak stres wpływa na organizm; • podaje sposoby budowania pozytywnej samooceny;	• rozróżnia postawę asertywną, uległą i agresywną;	• proponuje różnorodne zdrowe metody rozładowywania napięcia;
Zdrowie społeczne	• wymienia podstawowe funkcje rodziny; • uzasadnia, dlaczego w sytuacji zagrożenia, przemocy lub przekroczenia granic należy szukać pomocy;	• opisuje funkcje rodziny; • określa znaczenie empatii i szacunku w budowaniu właściwych relacji;	• opisuje sposoby dbania o więzi rodzinne; • rozpoznaje sytuacje naruszenia granic osobistych;	• ocenia, które zachowania są wspierające, a które niewłaściwe lub naruszające granice osobiste;	• tworzy kodeks dobrych relacji opartych na szacunku, empatii, odpowiedzialności i ochronie granic;

Treści nauczania	Niezbędne wymagania				
	ocena dopuszczająca *Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:*	ocena dostateczna *Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dopuszczającą oraz:*	ocena dobra *Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dostateczną oraz:*	ocena bardzo dobra *Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dobrą oraz:*	ocena celująca *Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą oraz:*
Dojrzewanie	• wymienia zasady higieny osobistej istotne w okresie dojrzewania;	• określa, czym jest cykl miesiączkowy;	• określa, kiedy należy zwrócić się o pomoc do osoby dorosłej lub lekarza w kontekście zaburzeń cyklu miesiączkowego;	• opisuje fazy cyklu miesiączkowego;	• opisuje, jak cykl wpływa na samopoczucie i energię; • wyjaśnia, dlaczego obserwacja cyklu pomaga w zrozumieniu siebie;
Zdrowie środowiskowe	• podaje przykłady zmiany klimatu;	• wymienia skutki zmian klimatu dla zdrowia człowieka;	• wymienia przykłady działań proekologicznych w szkole, domu i okolicy;	• opisuje związek między zmianami klimatu a zdrowiem publicznym;	• wyjaśnia, jak nasze działania wpływają na jakość powietrza, wody i gleby;

Treści nauczania	Niezbędne wymagania				
	ocena dopuszczająca *Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który:*	ocena dostateczna *Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dopuszczającą oraz:*	ocena dobra *Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dostateczną oraz:*	ocena bardzo dobra *Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dobrą oraz:*	ocena celująca *Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą oraz:*
Internet i profilaktyka uzależnień	• wymienia przykłady uzależnień i substancji psychoaktywnych, w tym alkohol, wyroby tytoniowe i napoje energetyzujące; • podaje przykłady zagrożeń związanych z nadmiernym korzystaniem z internetu.	• określa, czym jest grooming; • określa, czym jest uzależnienie.	• opisuje skutki zdrowotne używania wybranych substancji psychoaktywnych; • formułuje proste argumenty za nieużywaniem substancji psychoaktywnych; • podaje przykłady sytuacji presji rówieśniczej związane z używkami.	• opisuje wpływ zachowań ryzykownych na zdrowie, relacje i bezpieczeństwo; • proponuje sposoby odmowy w sytuacji presji rówieśniczej dotyczącej używek.	• tworzy materiały edukacyjne promujące zdrowe wybory.

2. Sposoby sprawdzania osiągnięć edukacyjnych.

SPOSOBY SPRAWDZANIA OSIĄGNIĘĆ EDUKACYJNYCH UCZNIÓW Z EDUKACJI ZDROWOTNEJ

I. OBSZARY AKTYWNOŚCI PODLEGAJĄCE OCENIE

Na lekcjach edukacji zdrowotnej ocenianiu podlega:

1. Rozumienie pojęć i posługiwanie się nimi,
2. Myślenie przyczynowo skutkowe w obszarze przedmiotu,
3. Stosowanie zdobytej wiedzy i umiejętności w sytuacjach typowych,
4. Rozwiązywanie zadań problemowych,
5. Umiejętności praktyczne, np.: czytanie etykiet produktów spożywczych, przeprowadzanie prostych obserwacji,
6. Tworzenie projektów,
7. Konstruktywna praca na lekcji: udział w dyskusji, praca nad przydzielonymi zadaniami (praca samodzielna, w parach, grupach), prowadzenie zeszytu przedmiotowego (kompletność notatek i estetyka).

II. SPRAWDZANIE I OCENIANIE OSIĄGNIĘĆ UCZNIÓW

Formy sprawdzania wiedzy i umiejętności:

- sprawdziany,
- kartkówki,
- odpowiedzi ustne,
- projekty, prace długoterminowe,
- zadania domowe,
- zadania praktyczne (doświadczenia, obserwacje).

III. ZAŁOŻENIA OGÓLNE

1. Ocenie podlegają wiadomości i umiejętności określone programem nauczania w danej klasie.
2. Ocenianie jest systematyczne, jawne, obiektywne i zgodne z wymaganiami programowymi.
3. W ocenianiu wypowiedzi ustnych pod uwagę brana jest adekwatność odpowiedzi do postawionego pytania, rzeczowość, stosowanie języka przedmiotowego, rozumienie pojęć, jasność i klarowność formułowania wypowiedzi.
4. Wypowiedzi pisemne:
    - kartkówki – bieżące sprawdziany wiedzy polegające na sprawdzeniu wiadomości i umiejętności z 1 – 3 ostatnich lekcji; nie muszą być zapowiedziane,
    - sprawdziany (testy) – mogą być przeprowadzone po zakończeniu działu i są zapowiedziane tydzień wcześniej.
5. Każdy uczeń ma prawo do poprawy wszystkich ocen cząstkowych z odpowiedzi ustnej, sprawdzianów, kartkówek.
6. Termin i formę poprawy ustala nauczyciel. Pierwszy termin poprawy jest ustalony przez nauczyciela dla całej klasy. Kolejna poprawa jest możliwa po indywidualnym ustaleniu terminu z nauczycielem, który decyduje o formie poprawy oceny. Uczeń powinien poprawiać oceny na bieżąco.
7. Prace klasowe (sprawdziany, testy, kartkówki) są obowiązkowe. Nieobecni uczniowie piszą je w późniejszym terminie ustalonym z nauczycielem. Jeżeli uczeń nie przystąpi do pisania pracy klasowej w wyznaczonym terminie, uczeń pisze sprawdzian, kartkówkę na pierwszej lekcji, na której jest obecny.
8. Uczeń ma prawo do jednokrotnego w ciągu śródrocza zgłoszenia nieprzygotowania do lekcji (rozumianego jako brak wiedzy z obowiązujących 3 ostatnich lekcji). Nieprzygotowanie zgłaszane jest na początku lekcji i odnotowywane w dzienniku elektroniczny wpisem „np”. Nieprzygotowanie nie oznacza braku zeszytu przedmiotowego albo niezbędnych materiałów potrzebnych do lekcji.
9. Procentowy system oceniania testów (sprawdzianów), kartkówek:
    98% - 100% – celujący
    86% - 97% – bardzo dobry
    70% - 85% – dobry
    50% - 69% – dostateczny
    30% - 49% – dopuszczający
    0% - 29% – niedostateczny.
10. Do ustalenia oceny oceny śródrocznej lub rocznej brane są pod uwagę oceny cząstkowe ze wszystkich form sprawdzania wiedzy.
11. Ocena śródroczna i roczna nie jest średnią arytmetyczną ani średnią ważoną ocen cząstkowych. Ocena roczna uwzględnia oceny uzyskane w trakcie całego roku szkolnego.

3. Uczeń lub jego rodzice mogą ubiegać się o otrzymanie wyższej niż przewidywana rocznej oceny klasyfikacyjnej z edukacji zdrowotnej. Szczegółowe warunki i tryb znajdują się w Statucie Szkoły.

Nauczyciele edukacji zdrowotnej w Szkole Podstawowej nr 61 w Krakowie