

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z EDUKACJI ZDROWOTNEJ DLA KLASY V

W edukacji zdrowotnej ocenie podlegają przede wszystkim:

- wiedza i rozumienie treści związanych ze zdrowiem;
- kartkówka z ostatnich 3 lekcji;
- umiejętność wykorzystania wiedzy w sytuacjach życia codziennego;
- podejmowanie odpowiedzialnych decyzji dotyczących zdrowia;
- aktywność podczas zajęć;
- odpowiedź ustna:
- wykonywanie zadań indywidualnych i zespołowych;
- udział w dyskusjach, ćwiczeniach i projektach;
- umiejętność współpracy i komunikowania się;
- rozwijanie samoświadomości i odpowiedzialności za własne zdrowie.
- poprawa oceny w terminie do 2 tygodni od jej otrzymania, na warunkach uzgodnionych z nauczycielem przedmiotu.
- ocena poprawiona jest oceną ostateczną.

Ocenianie uwzględnia indywidualne możliwości psychofizyczne ucznia, jego zaangażowanie, postępy oraz możliwości wynikające z jego potrzeb edukacyjnych.

Ocena celująca – 6

Uczeń:

- posiada bardzo szeroki zakres wiedzy dotyczącej zdrowia i potrafi wykorzystać ją w praktyce;
- samodzielnie i twórczo rozwija swoje zainteresowania związane ze zdrowiem;
- bardzo dobrze rozumie zależności pomiędzy stylem życia a zdrowiem;
- potrafi analizować sytuacje związane ze zdrowiem i proponować właściwe rozwiązania;
- świadomie podejmuje działania służące zdrowiu własnemu i innych osób;
- potrafi samodzielnie wyszukiwać, selekcjonować i oceniać informacje dotyczące zdrowia;
- rozpoznaje wiarygodne i niewiarygodne źródła informacji;
- aktywnie i odpowiedzialnie uczestniczy w pracy indywidualnej i zespołowej;
- wykazuje inicjatywę podczas projektów, dyskusji i działań praktycznych;
- prezentuje wysoki poziom kultury osobistej, szacunku, empatii i odpowiedzialności;
- potrafi uzasadnić swoje decyzje dotyczące zdrowia;
- wykorzystuje zdobytą wiedzę w codziennym życiu.

Ocena bardzo dobra – 5

Uczeń:

- opanował większość wiadomości i umiejętności przewidzianych dla klasy 5;
- prawidłowo wyjaśnia podstawowe pojęcia związane ze zdrowiem;
- zna zasady zdrowego stylu życia;
- potrafi wskazać czynniki wpływające na zdrowie fizyczne i psychiczne;
- zna zasady prawidłowego odżywiania, aktywności fizycznej, odpoczynku i higieny;

- rozumie znaczenie snu i regeneracji organizmu;
- potrafi rozpoznawać podstawowe emocje i wskazywać sposoby radzenia sobie z nimi;
- zna zasady budowania dobrych relacji z innymi;
- stosuje zasady bezpiecznego korzystania z internetu i urządzeń cyfrowych;
- zna podstawowe zagrożenia związane z uzależnieniami;
- potrafi wskazać sposoby zapobiegania zachowaniom ryzykownym;
- aktywnie uczestniczy w zajęciach;
- odpowiedzialnie wykonuje powierzone zadania;
- potrafi współpracować w grupie i respektuje prawa innych osób.

Ocena dobra – 4

Uczeń:

- opanował podstawowe wiadomości i umiejętności przewidziane programem;
- zna najważniejsze zasady dbania o zdrowie;
- potrafi wymienić podstawowe czynniki wpływające na zdrowie;
- zna zasady prawidłowego odżywiania;
- rozumie znaczenie aktywności fizycznej i odpoczynku;
- zna podstawowe zasady higieny osobistej;
- potrafi wskazać sposoby dbania o zdrowie psychiczne;
- rozpoznaje podstawowe emocje;
- zna zasady właściwego zachowania w relacjach z innymi;
- zna podstawowe zasady bezpiecznego korzystania z internetu;
- rozumie, że używki i zachowania ryzykowne mogą negatywnie wpływać na zdrowie;
- wykonuje zadania zgodnie z poleceniem;
- uczestniczy w dyskusjach i ćwiczeniach;
- zazwyczaj prawidłowo wykorzystuje zdobytą wiedzę w sytuacjach praktycznych.

Ocena dostateczna – 3

Uczeń:

- opanował podstawowe wiadomości niezbędne do dalszej nauki;
- z pomocą nauczyciela wyjaśnia podstawowe pojęcia związane ze zdrowiem;
- zna wybrane zasady zdrowego stylu życia;
- potrafi wymienić podstawowe zasady higieny;
- zna podstawowe zasady zdrowego odżywiania;
- wie, że aktywność fizyczna jest ważna dla zdrowia;
- zna znaczenie snu i odpoczynku;
- z pomocą nauczyciela rozpoznaje podstawowe emocje;
- zna podstawowe zasady właściwego zachowania wobec innych;
- zna wybrane zasady bezpiecznego korzystania z internetu;
- rozumie, że używki mogą powodować negatywne skutki zdrowotne;
- wykonuje proste zadania według instrukcji;
- potrzebuje czasami pomocy nauczyciela w zastosowaniu zdobytej wiedzy.

Ocena dopuszczająca – 2

Uczeń:

- posiada minimalny zakres wiadomości i umiejętności umożliwiające dalszą naukę;
- z pomocą nauczyciela rozpoznaje podstawowe zagadnienia związane ze zdrowiem;
- zna niektóre zasady higieny osobistej;
- potrafi wymienić pojedyncze zasady zdrowego odżywiania;
- wie, że aktywność fizyczna, sen i odpoczynek są ważne dla zdrowia;
- z pomocą nauczyciela rozpoznaje podstawowe emocje;
- zna niektóre zasady bezpiecznego korzystania z internetu;
- potrafi wskazać wybrane zachowania sprzyjające zdrowiu;
- podejmuje próby wykonywania powierzonych zadań;
- wymaga częstej pomocy i dodatkowych wyjaśnień nauczyciela;
- przy wsparciu nauczyciela potrafi zastosować niektóre poznane zasady w praktyce.

Ocena niedostateczna – 1

Uczeń:

- nie opanował wiadomości i umiejętności niezbędnych do kontynuowania nauki;
- nie rozpoznaje podstawowych pojęć dotyczących zdrowia mimo podejmowanych przez nauczyciela działań wspierających;
- nie potrafi wskazać podstawowych zasad dbania o zdrowie;
- nie podejmuje prób wykonania zadań lub odmawia ich wykonania;
- nie korzysta z udzielanej pomocy i wskazówek;
- nie wykazuje postępów pozwalających na opanowanie podstawowych wymagań.