

WYMAGANIA EDUKACYJNE Z EDUKACJI ZDROWOTNEJ – KLASA VIII

I PÓŁROCZE	OCENA ŚRÓDROCZNA / ROCZNA					
TEMATYKA ZAJĘĆ	OCENA CELUJĄCA	OCENA BARDZO DOBRA	OCENA DOBRA	OCENA DOSTATECZNA	OCENA DOPUSZCZAJĄCA	OCENA NIEDOSTATECZNA
Dział I. Wartości i postawy	Samodzielnie i twórczo analizuje godność i szacunek jako podstawę relacji oraz inicjuje działania prospołeczne wspierające zdrowie ludzi i środowiska; łączy wiedzę z różnych obszarów, trafnie analizuje sytuacje problemowe i proponuje odpowiedzialne działania prozdrowotne.	Samodzielnie uzasadnia znaczenie godności, szacunku, odpowiedzialności, wolontariatu i troski o dobro wspólne; poprawnie uzasadnia wnioski, stosuje wiedzę w nowych sytuacjach i posługuje się właściwą terminologią.	Poprawnie wyjaśnia znaczenie godności i szacunku oraz podaje przykłady działań prospołecznych i wolontariatu; wyjaśnia najważniejsze zależności i stosuje poznane zasady w typowych sytuacjach.	Rozpoznaje podstawowe zagadnienia i z pomocą rozpoznaje postawy oparte na szacunku i wymienia proste formy pomocy innym; podaje proste przykłady oraz zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa i dbania o zdrowie.	Przy wsparciu nauczyciela wskazuje pojedyncze informacje dotyczące działu i wykonuje proste zadania odtwórcze; częściowo wskazuje pojedyncze przykłady szacunku i pomocy.	Nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności dotyczących działu; mimo pomocy nie wykonuje prostych zadań i nie potrafi zastosować podstawowych zasad udzielonego wsparcia.
Dział II. Zdrowie fizyczne	Samodzielnie i twórczo analizuje znaczenie snu, bezpiecznego kontaktu ze zwierzętami i przyrodą oraz potrzeby osób z chorobami przewlekłymi, proponując adekwatne działania; łączy wiedzę z różnych obszarów, trafnie analizuje sytuacje problemowe i proponuje odpowiedzialne działania prozdrowotne.	Samodzielnie wyjaśnia wpływ snu na zdrowie, zasady zapobiegania chorobom odzwierzęcym oraz sposoby wspierania osób przewlekłe chorych; poprawnie uzasadnia wnioski, stosuje wiedzę w nowych sytuacjach i posługuje się właściwą terminologią.	Poprawnie opisuje higienę snu, bezpieczne zachowanie wobec zwierząt i podstawowe zasady wsparcia w chorobie przewlekłej; wyjaśnia najważniejsze zależności i stosuje poznane zasady w typowych sytuacjach.	Rozpoznaje podstawowe zagadnienia i z pomocą wymienia zasady zdrowego snu, bezpieczeństwa w kontakcie ze zwierzętami i przykłady właściwego wsparcia chorego; podaje proste przykłady oraz zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa i dbania o zdrowie.	Przy wsparciu nauczyciela wskazuje pojedyncze informacje dotyczące działu i wykonuje proste zadania odtwórcze; częściowo rozpoznaje pojedyncze zasady snu, bezpieczeństwa i pomocy.	Nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności dotyczących działu; mimo pomocy nie wykonuje prostych zadań i nie potrafi zastosować podstawowych zasad udzielonego wsparcia.
Dział III. Aktywność fizyczna	Samodzielnie i twórczo samodzielnie planuje i prezentuje zestaw ćwiczeń wspierających prawidłową postawę oraz uzasadnia ich profilaktyczne znaczenie; łączy wiedzę z różnych obszarów, trafnie analizuje sytuacje problemowe i proponuje odpowiedzialne działania prozdrowotne.	Samodzielnie dobiera i poprawnie wykonuje ćwiczenia wzmacniające kręgosłup, uwzględniając zasady bezpieczeństwa; poprawnie uzasadnia wnioski, stosuje wiedzę w nowych sytuacjach i posługuje się właściwą terminologią.	Poprawnie wyjaśnia wpływ ruchu na postawę, zna i wykonuje podstawowe ćwiczenia dla kręgosłupa; wyjaśnia najważniejsze zależności i stosuje poznane zasady w typowych sytuacjach.	Rozpoznaje podstawowe zagadnienia i z pomocą rozpoznaje zachowania sprzyjające prawidłowej postawie i z pomocą wykonuje proste ćwiczenia; podaje proste przykłady oraz zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa i dbania o zdrowie.	Przy wsparciu nauczyciela wskazuje pojedyncze informacje dotyczące działu i wykonuje proste zadania odtwórcze; częściowo wskazuje znaczenie ruchu dla zdrowia pleców.	Nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności dotyczących działu; mimo pomocy nie wykonuje prostych zadań i nie potrafi zastosować podstawowych zasad udzielonego wsparcia.
Dział IV. Zdrowie psychiczne	Samodzielnie i twórczo wieloczynnikowo analizuje dobrostan, dobiera strategie radzenia sobie z trudnościami i tworzy realistyczny plan wsparcia; łączy wiedzę z różnych obszarów, trafnie analizuje sytuacje problemowe i proponuje odpowiedzialne działania prozdrowotne.	Samodzielnie wyjaśnia wpływ stylu życia, myśli, relacji i środowiska na samopoczucie oraz dobiera konstruktywne strategie pomocy; poprawnie uzasadnia wnioski, stosuje wiedzę w nowych sytuacjach i posługuje się właściwą terminologią.	Poprawnie rozpoznaje czynniki wpływające na dobrostan i stosuje poznane sposoby radzenia sobie oraz szukania wsparcia; wyjaśnia najważniejsze zależności i stosuje poznane zasady w typowych sytuacjach.	Rozpoznaje podstawowe zagadnienia i z pomocą wymienia podstawowe czynniki dobrostanu i proste sposoby radzenia sobie z trudnościami; podaje proste przykłady oraz zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa i dbania o zdrowie.	Przy wsparciu nauczyciela wskazuje pojedyncze informacje dotyczące działu i wykonuje proste zadania odtwórcze; częściowo rozpoznaje wybrane sygnały pogorszenia samopoczucia i wie, że można poprosić o pomoc.	Nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności dotyczących działu; mimo pomocy nie wykonuje prostych zadań i nie potrafi zastosować podstawowych zasad udzielonego wsparcia.

I PÓŁROCZE	OCENA ŚRÓDROCZNA / ROCZNA					
TEMATYKA ZAJĘĆ	OCENA CELUJĄCA	OCENA BARDZO DOBRA	OCENA DOBRA	OCENA DOSTATECZNA	OCENA DOPUSZCZAJĄCA	OCENA NIEDOSTATECZNA
Dział V. Zdrowie społeczne	Samodzielnie i twórczo analizuje rozwój relacji, odpowiedzialność i manipulację, konstruktywnie rozwiązuje złożone konflikty z poszanowaniem granic; łączy wiedzę z różnych obszarów, trafnie analizuje sytuacje problemowe i proponuje odpowiedzialne działania prozdrowotne.	Samodzielnie wyjaśnia cechy wspierających relacji, rozpoznaje manipulację i stosuje negocjacje, komunikaty JA oraz strategie rozwiązywania konfliktów; poprawnie uzasadnia wnioski, stosuje wiedzę w nowych sytuacjach i posługuje się właściwą terminologią.	Poprawnie opisuje etapy i cechy zdrowej relacji, rozpoznaje podstawowe formy manipulacji i proponuje konstruktywne rozwiązania konfliktu; wyjaśnia najważniejsze zależności i stosuje poznane zasady w typowych sytuacjach.	Rozpoznaje podstawowe zagadnienia i z pomocą wymienia zasady bezpiecznych relacji i z pomocą wskazuje sposób rozwiązania prostego konfliktu; podaje proste przykłady oraz zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa i dbania o zdrowie.	Przy wsparciu nauczyciela wskazuje pojedyncze informacje dotyczące działu i wykonuje proste zadania odtwórcze; częściowo rozpoznaje pojedyncze cechy dobrej relacji i podstawową zasadę reagowania w konflikcie.	Nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności dotyczących działu; mimo pomocy nie wykonuje prostych zadań i nie potrafi zastosować podstawowych zasad udzielonego wsparcia.
Dział VI. Zdrowie środowiskowe	Samodzielnie i twórczo analizuje wpływ utraty bioróżnorodności na zdrowie i projektuje działania służące ludziom oraz środowisku; łączy wiedzę z różnych obszarów, trafnie analizuje sytuacje problemowe i proponuje odpowiedzialne działania prozdrowotne.	Samodzielnie wyjaśnia związki między bioróżnorodnością, pojawianiem się chorób i dobrostanem oraz proponuje działania ochronne; poprawnie uzasadnia wnioski, stosuje wiedzę w nowych sytuacjach i posługuje się właściwą terminologią.	Poprawnie opisuje znaczenie bioróżnorodności dla zdrowia i podaje przykłady skutków jej utraty; wyjaśnia najważniejsze zależności i stosuje poznane zasady w typowych sytuacjach.	Rozpoznaje podstawowe zagadnienia i z pomocą wymienia podstawowe korzyści z bioróżnorodności i proste sposoby jej ochrony; podaje proste przykłady oraz zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa i dbania o zdrowie.	Przy wsparciu nauczyciela wskazuje pojedyncze informacje dotyczące działu i wykonuje proste zadania odtwórcze; częściowo wskazuje pojedynczy związek między przyrodą a zdrowiem.	Nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności dotyczących działu; mimo pomocy nie wykonuje prostych zadań i nie potrafi zastosować podstawowych zasad udzielonego wsparcia.
Dział VII. Internet i profilaktyka uzależnień	Samodzielnie i twórczo krytycznie ocenia treści i mechanizmy wpływu w internecie, przewiduje konsekwencje wyborów oraz tworzy działania promujące zdrowie i bezpieczeństwo; łączy wiedzę z różnych obszarów, trafnie analizuje sytuacje problemowe i proponuje odpowiedzialne działania prozdrowotne.	Samodzielnie rozpoznaje manipulację, dezinformację i ryzyko uzależnień, bezpiecznie podejmuje decyzje i uzasadnia zasady higieny cyfrowej; poprawnie uzasadnia wnioski, stosuje wiedzę w nowych sytuacjach i posługuje się właściwą terminologią.	Poprawnie weryfikuje podstawowe informacje, opisuje zagrożenia i stosuje zasady bezpiecznego korzystania z internetu oraz profilaktyki uzależnień; wyjaśnia najważniejsze zależności i stosuje poznane zasady w typowych sytuacjach.	Rozpoznaje podstawowe zagadnienia i z pomocą rozpoznaje typowe zagrożenia internetowe i zna podstawowe zasady ochrony danych, higieny cyfrowej i szukania pomocy; podaje proste przykłady oraz zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa i dbania o zdrowie.	Przy wsparciu nauczyciela wskazuje pojedyncze informacje dotyczące działu i wykonuje proste zadania odtwórcze; częściowo wskazuje pojedyncze zagrożenie i podstawową zasadę bezpieczeństwa w sieci.	Nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności dotyczących działu; mimo pomocy nie wykonuje prostych zadań i nie potrafi zastosować podstawowych zasad udzielonego wsparcia.
Projekt edukacyjny	Samodzielnie i twórczo planuje, realizuje i prezentuje projekt dotyczący zdrowia, krytycznie ocenia źródła oraz inicjuje współpracę w zespole; łączy wiedzę z różnych obszarów, trafnie analizuje sytuacje problemowe i proponuje odpowiedzialne działania prozdrowotne.	Samodzielnie realizuje projekt zgodnie z celem, rzetelnie korzysta ze źródeł, wywiązuje się z roli i omawia efekty pracy; poprawnie uzasadnia wnioski, stosuje wiedzę w nowych sytuacjach i posługuje się właściwą terminologią.	Poprawnie uczestniczy w planowaniu i realizacji projektu, korzysta z odpowiednich źródeł i prezentuje rezultaty; wyjaśnia najważniejsze zależności i stosuje poznane zasady w typowych sytuacjach.	Rozpoznaje podstawowe zagadnienia i z pomocą wykonuje przydzielone zadania projektowe i przedstawia podstawowe informacje; podaje proste przykłady oraz zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa i dbania o zdrowie.	Przy wsparciu nauczyciela wskazuje pojedyncze informacje dotyczące działu i wykonuje proste zadania odtwórcze; częściowo uczestniczy w projekcie tylko w ograniczonym zakresie.	Nie opanował podstawowych wiadomości i umiejętności dotyczących działu; mimo pomocy nie wykonuje prostych zadań i nie potrafi zastosować podstawowych zasad udzielonego wsparcia.