

Wymagania edukacyjne z edukacji zdrowotnej klasa 6

Dział 1. Moje działania w sieci

Ocena dopuszczająca

Uczeń:

- wymienia podstawowe zasady higieny cyfrowej;
- rozpoznaje pojęcia: niebieskie światło, szyja SMS-owa, krótkowzroczność, cyberprzemoc, hejt, mowa nienawiści, patostreaming, cyberrzeczywistość, grooming, AI i VR.

Ocena dostateczna

Uczeń:

- wyjaśnia wpływ urządzeń ekranowych na zdrowie;
- omawia różnice między relacjami bezpośrednimi a relacjami z użyciem technologii;
- opisuje zagrożenia wynikające z niewłaściwego używania technologii, w tym cyberprzemoc, hejt, mowę nienawiści, patostreaming i uzależnienie od Internetu.

Ocena dobra

Uczeń:

- przestrzega zasad higieny cyfrowej;
- stosuje zasady bezpiecznego korzystania z Internetu, AI i VR;
- wskazuje sposoby reagowania na zagrożenia w sieci oraz miejsca uzyskania pomocy specjalistycznej.

Ocena bardzo dobra

Uczeń:

- analizuje korzyści i zagrożenia związane ze sztuczną inteligencją oraz wirtualną rzeczywistością;
- ocenia konsekwencje hejtu, mowy nienawiści, cyberprzemocy, patostreamingu i kreowania cyberrzeczywistości;
- uzasadnia potrzebę odpowiedzialnego korzystania z technologii.

Ocena celująca

Uczeń:

- tworzy poradnik odpowiedzialnego korzystania z Internetu, AI lub VR;
- projektuje kampanię przeciw hejtowi, cyberprzemocy, mowie nienawiści lub patostreamingowi;
- opracowuje procedurę reagowania na zagrożenia cyfrowe.

Dział 2. Moja profilaktyka uzależnień

Ocena dopuszczająca

Uczeń:

- wymienia przykłady uzależnień i substancji psychoaktywnych, w tym alkohol, wyroby tytoniowe i napoje energetyzujące;
- rozpoznaje zagrożenia związane z nadmiernym korzystaniem z Internetu i używaniem substancji psychoaktywnych.

Ocena dostateczna

Uczeń:

- wyjaśnia, czym jest uzależnienie;
- omawia podstawowe zagrożenia wynikające z używania alkoholu, tytoniu, napojów energetyzujących i innych substancji psychoaktywnych;
- opisuje korzyści wynikające z przestrzegania domowych zasad ekranowych.

Ocena dobra

Uczeń:

- stosuje zasady higieny cyfrowej i unikania zachowań ryzykownych;
- wskazuje sposoby reagowania w sytuacjach zagrożenia uzależnieniem;
- wymienia miejsca uzyskania pomocy specjalistycznej;
- formułuje proste argumenty za nieużywaniem substancji psychoaktywnych.

Ocena bardzo dobra

Uczeń:

- analizuje mechanizm uzależnienia oraz skutki zdrowotne i społeczne używania alkoholu, tytoniu, napojów energetyzujących i innych substancji psychoaktywnych;
- ocenia wpływ zachowań ryzykownych na zdrowie, relacje i bezpieczeństwo;

- uzasadnia korzyści wynikające z niezażywania substancji psychoaktywnych.

Ocena celująca

Uczeń:

- projektuje kampanię profilaktyczną przeciw uzależnieniom;
- tworzy materiały edukacyjne promujące zdrowe wybory;
- opracowuje zestaw argumentów dotyczących korzyści z niespożywania alkoholu, nieużywania wyrobów tytoniowych i niespożywania napojów energetyzujących.

Dział 3. Moje dojrzewanie

Ocena dopuszczająca

Uczeń:

- wymienia podstawowe zmiany fizyczne, psychiczne, emocjonalne i społeczne występujące w okresie dojrzewania;
- rozpoznaje podstawowe zasady higieny osobistej związanej ze zmianami okresu dojrzewania.

Ocena dostateczna

Uczeń:

- opisuje zmiany zachodzące w okresie dojrzewania;
- wyjaśnia różnice między dojrzewaniem fizycznym a dojrzałością psychiczną;
- omawia zmiany zachodzące w mózgu nastolatka i ich wpływ na zachowanie.

Ocena dobra

Uczeń:

- identyfikuje zmiany dotyczące dojrzewania należące do normy medycznej oraz te, które mogą od niej odbiegać;
- stosuje zasady higieny skóry twarzy, całego ciała i narządów płciowych;
- wskazuje, kiedy należy zwrócić się o pomoc do osoby dorosłej lub specjalisty.

Ocena bardzo dobra

Uczeń:

- analizuje wpływ zmian fizycznych, psychicznych, emocjonalnych i społecznych na funkcjonowanie nastolatka;

- porównuje dojrzewanie fizyczne i psychiczną dojrzałość;
- uzasadnia znaczenie higieny, obserwowania swojego ciała i szukania pomocy w sytuacjach niepokojących.

Ocena celująca

Uczeń:

- tworzy poradnik dotyczący dojrzewania i higieny osobistej;
- opracowuje zasady dbania o zdrowie, komfort i bezpieczeństwo w okresie dojrzewania;
- proponuje sposoby radzenia sobie ze zmianami okresu dojrzewania z poszanowaniem prywatności i godności własnej oraz innych osób.

Dział 4. Moje zdrowie społeczne

Ocena dopuszczająca

Uczeń:

- wymienia podstawowe rodzaje relacji: koleżeństwo, przyjaźń, zauroczenie, zakochanie i miłość;
- rozpoznaje przykłady właściwych i niewłaściwych zachowań w relacjach;
- wymienia podstawowe funkcje rodziny oraz przykłady zmian, które mogą w niej występować.

Ocena dostateczna

Uczeń:

- wyjaśnia pojęcia związane z relacjami;
- opisuje funkcje rodziny, przejawy jej prawidłowego funkcjonowania oraz wartość rodziny w życiu człowieka;
- omawia podstawowe prawa i obowiązki dziecka oraz rodziców.

Ocena dobra

Uczeń:

- wskazuje sposoby dbania o więzi rodzinne i rówieśnicze;
- rozpoznaje sytuacje, w których może dojść do naruszenia granic osobistych;
- stosuje zasady szacunku, empatii i ochrony granic własnych oraz innych osób;
- wymienia sposoby radzenia sobie ze zmianami w rodzinie.

Ocena bardzo dobra

Uczeń:

- analizuje czynniki wpływające na atmosferę w rodzinie i jakość relacji;
- ocenia, które zachowania są wspierające, a które niewłaściwe lub naruszające granice osobiste;
- uzasadnia, dlaczego w sytuacji zagrożenia, przemocy lub przekroczenia granic należy szukać pomocy.

Ocena celująca

Uczeń:

- tworzy kodeks dobrych relacji opartych na szacunku, empatii, odpowiedzialności i ochronie granic;
- projektuje sposoby wspierania osób doświadczających trudnych zmian rodzinnych;
- proponuje działania wzmacniające więzi rodzinne i rówieśnicze.

Oceniając osiągnięcia uczniów, poza wiedzą i umiejętnościami należy wziąć pod uwagę:

- praca podczas lekcji (zeszyt przedmiotowy)
- zaangażowanie w wykonywane zadania
- umiejętność pracy w grupie
- obowiązkowość i systematyczność

Formy sprawdzania wiedzy i umiejętności

- test
- sprawdzian
- karty pracy - ćwiczenia
- zadanie praktyczne (projekty)
- praca na lekcji
- odpowiedź ustną

Warunki i tryb uzyskania oceny wyższej

Możliwość uzyskania oceny wyższej ma każdy uczeń po spełnieniu warunków:

- rodzic lub uczeń wyraża chęć uzyskania oceny wyższej w formie pisemnej poprzez e-dziennik
- uczeń przystąpił w ciągu roku szkolnego do wszystkich sprawdzianów, ćwiczeń, projektów

- uczeń podejmował próby poprawy ocen niedostatecznych i dopuszczających / oceny niedostatecznej z prac i ćwiczeń na lekcji

Tryb uzyskania oceny wyższej:

- analiza poziomu spełnienia wymagań na ocenę przewidywaną i wyższą
- wykonanie w terminie wyznaczonych przez nauczyciela zadań w formie pisemnej, z którego uczeń nie spełnił wymagań na ocenę wyższą w ciągu roku szkolnego