Edukacja zdrowotna – klasa VIII

Kierunek progresji: analizuje → interpretuje → ocenia wiarygodność → dobiera rozwiązanie → uzasadnia decyzję i działanie

Dział	Zakres treści – rozwinięcie	Umiejętność / zastosowanie	Doświadczenie / projekt	Dowód osiągnięcia
I. Wartości i postawy	integracja wartości, zdrowia, długofalowe konsekwencje decyzji	Uczeń integruje informacje zdrowie jako wartość.	analiza sytuacji modelowej; ćwiczenie decyzji; krótkie działanie	odpowiedź, karta pracy, analiza przypadku
II. Zdrowie fizyczne	samodzielna ocena ryzyka, profilaktyka, korzystanie z systemu pomocy i wiarygodnych źródeł	Uczeń analizuje sytuację higiena.	zadanie praktyczne; obserwacja lub analiza danych; wniosek	plan działania, zadanie praktyczne, uzasadnienie
III. Aktywność fizyczna	świadome planowanie aktywności i regeneracji z uwzględnieniem bezpieczeństwa i indywidualnych możliwości	Uczeń ocenia źródła i ryzyko znaczenie ruchu.	mini-projekt lub doświadczenie zespołowe zakończone refleksją	produkt projektu, prezentacja, refleksja
IV. Odżywianie	krytyczna ocena informacji żywieniowych, reklamy, źródeł i konsekwencji wyborów	Uczeń projektuje rozwiązanie zasady racjonalnego żywienia.	analiza sytuacji modelowej; ćwiczenie decyzji; krótkie działanie	odpowiedź, karta pracy, analiza przypadku
V. Zdrowie psychiczne	samoregulacja, dobrostan, stres, kryzys, wsparcie i odpowiedzialne decyzje	Uczeń modyfikuje działanie na podstawie refleksji emocje.	zadanie praktyczne; obserwacja lub analiza danych; wniosek	plan działania, zadanie praktyczne, uzasadnienie
VI. Zdrowie społeczne	dojrzałe relacje, granice, komunikacja, odpowiedzialność społeczna i reagowanie	Uczeń integruje wiedzę komunikacja.	mini-projekt lub doświadczenie zespołowe zakończone refleksją	produkt projektu, prezentacja, refleksja
VII. Dojrzewanie	świadome dojrzewanie, autonomia, odpowiedzialność, rzetelność informacji i szacunek	Uczeń analizuje zależności zmiany rozwojowe.	analiza sytuacji modelowej; ćwiczenie decyzji, krótkie działanie	odpowiedź, karta pracy, analiza przypadku
VIII. Zdrowie środowiskowe	zdrowie środowiskowe, dane i dowody, odpowiedzialność obywatelska, projekt działania	Uczeń ocenia źródła i ryzyko czynniki środowiskowe.	zadanie praktyczne; obserwacja lub analiza danych; wniosek	plan działania, zadanie praktyczne, uzasadnienie
IX. Internet i profilaktyka uzależnień	cyfrowy dobrostan, dezinformacja, bezpieczeństwo, mechanizmy uzależnień i plan profilaktyczny	Uczeń projektuje rozwiązanie higiena cyfrowa.	mini-projekt lub doświadczenie zespołowe zakończone refleksją	produkt projektu, prezentacja, refleksja

Kryteria oceniania

Poziom	Dopuszczająca (2)	Dostateczna (3)	Dobra (4)	Bardzo dobra (5)	Celująca (6)
Charakter osiągnięcia	uczeń rozpoznaje podstawowe informacje i wykonuje proste zadanie przy wsparciu	uczeń wyjaśnia podstawowe zależności i stosuje poznane zasady w typowej sytuacji	uczeń samodzielnie stosuje wiedzę, analizuje prosty problem i uzasadnia rozwiązanie	uczeń samodzielnie analizuje informacje/przypadek, dobiera rozwiązanie i wyciąga wnioski	uczeń integruje wiedzę, samodzielnie rozwiązuje złożony problem, tworzy lub realizuje doświadczenie/projekt i refleksyjnie ocenia rezultat
Wiedza	odtwarza najważniejsze pojęcia	wyjaśnia podstawowe pojęcia i zależności	dobiera informacje do sytuacji	porównuje i interpretuje informacje	łączy informacje z różnych obszarów i ocenia ich znaczenie
Umiejętności	wykonuje proste czynności według wskazówek	stosuje poznane zasady w sytuacji typowej	samodzielnie dobiera sposób rozwiązania	dobiera i uzasadnia rozwiązanie w sytuacji problemowej	projektuje rozwiązanie, testuje je, modyfikuje i uzasadnia
Źródła	rozpoznaje podstawowe źródła informacji	korzysta ze wskazanego źródła	porównuje proste informacje	ocenia wiarygodność źródła według podanych kryteriów	samodzielnie weryfikuje źródła i uzasadnia wybór
Działanie	wykonuje zadanie z pomocą	wykonuje zadanie według instrukcji	samodzielnie realizuje zadanie	planuje i ocenia działanie	samodzielnie prowadzi złożone działanie i refleksyjnie je modyfikuje
Refleksja	wskazuje, co zrobił	opisuje rezultat	wskazuje mocne strony i trudność	formułuje wnioski i kolejny krok	analizuje proces, uzasadnia zmiany i wskazuje transfer wiedzy