

WYMAGANIA EDUKACYJNE I ZASADY OCENIANIA

EDUKACJA ZDROWOTNA • KLASA V •

Klasa/oddział	V	Nauczyciel	Marta Dalaszyńska
Rok szkolny	2026/2027	Program	Holistyczna edukacja prozdrowotna: ciało, umysł, duch, siła harmonii.

Wymagania są kumulatywne: uczeń ubiegający się o wyższą ocenę spełnia także wymagania poziomów niższych. Ocenę ustala się na podstawie osiągnięć i postępów w zakresie zrealizowanego programu, z uwzględnieniem wymaganych dostosowań.

Ocena	Wymagania
6 – celujący	- Samodzielnie łączy profilaktykę fizyczną, psychiczną, społeczną, cyfrową i środowiskową w spójne rozwiązania. - Krytycznie porównuje źródła, aplikacje i przekazy zdrowotne oraz uzasadnia ich wiarygodność. - Rozwiązuje złożone sytuacje dotyczące stresu, przemocy, dojrzewania lub presji i udoskonala zaprojektowane działanie.
5 – bardzo dobry	- Bardzo dobrze opanował wymagania klasy V i samodzielnie stosuje je w nowych sytuacjach. - Wyjaśnia mechanizmy profilaktyki, stresu, asertywności, dojrzewania i bezpieczeństwa cyfrowego. - Interpretuje etykiety, dane i źródła oraz dobiera i uzasadnia bezpieczne reakcje na zagrożenia.
4 – dobry	- Opanował większość wymagań klasy V i samodzielnie rozwiązuje typowe zadania. - Dobiera zasady profilaktyki, pomocy i bezpieczeństwa do sytuacji oraz zwykle poprawnie uzasadnia wybór. - Stosuje komunikat asertywny i wskazuje właściwą osobę lub instytucję pomocy.
3 – dostateczny	- Wyjaśnia podstawowe pojęcia związane z profilaktyką, stresem, asertywnością, dojrzewaniem i higieną cyfrową. - Rozpoznaje typowe zagrożenie i wskazuje bezpieczną reakcję. - Wykonuje proste zadanie według instrukcji i odczytuje najważniejsze informacje ze źródła, etykiety lub danych.
2 – dopuszczający	- Z pomocą podaje podstawowe zasady profilaktyki, higieny, odżywiania, ruchu, snu i bezpieczeństwa cyfrowego. - Rozpoznaje przemoc, presję, ryzykowny kontakt lub objaw wymagający zgłoszenia osobie dorosłej. - Z pomocą wskazuje źródło pomocy i wykonuje najprostszy element zadania przy szczegółowej instrukcji.
1 – niedostateczny	Nie osiąga poziomu koniecznego na ocenę dopuszczającą mimo zapewnionego wsparcia, możliwości uzupełnienia braków i dostosowania wymagań.

Jak sprawdzane są osiągnięcia?

krótka praca/quiz, odpowiedź ustna, zadanie praktyczne/ praca w grupie, analiza danych, projekt

Ustalenia nauczyciela / statutu szkoły

Progi procentowe	Statut szkoły § 36
Poprawianie ocen	Statut szkoły § 36
Praca po nieobecności	Statut szkoły § 36
Ocena wyższa niż przewidywana	Statut szkoły § 36
Inne ważne ustalenia	brak

WAŻNE: oceniamy wiedzę i umiejętności, nie stan zdrowia, wygląd, prywatne doświadczenia ani poglądy ucznia. Udział w zajęciach „edukacja zdrowotna – zdrowie seksualne” nie wpływa na ocenę z obowiązkowej edukacji zdrowotnej. Pisemne i praktyczno-techniczne prace domowe w klasach IV–VIII są nieobowiązkowe i nie są oceniane.