

WYMAGANIA NA POSZCZEGÓLNE OCENY :

Ocenę celującą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą oraz :

- łączy wartości, zdrowie, relacje i odpowiedzialność społeczną
- samodzielnie planuje działania wspierające zdrowie
- planuje i ocenia działania prozdrowotne
- samodzielnie ocenia przekazy żywieniowe
- samodzielnie proponuje działania wspierające siebie i innych
- argumentuje świadome i odpowiedzialne decyzje w relacjach
- proponuje działania profilaktyczne i środowiskowe

Ocenę bardzo dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dobrą oraz :

- samodzielnie argumentuje etyczne wybory
- ocenia wiarygodność informacji zdrowotnych
- dobiera strategie wspierające zdrowie psychofizyczne
- interpretuje zależności między żywieniem, energią i zdrowiem
- analizuje złożone sytuacje stresowe
- ocenia konsekwencje zdrowotne i społeczne problemów środowiskowych
- stosuje asertywność i krytyczne myślenie

Ocenę dobrą otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dostateczną oraz :

- analizuje sytuacje naruszania godności
- omawia informacje o profilaktyce i czynnikach ryzyka
- analizuje własne nawyki aktywności
- omawia etykiety i wybory żywieniowe
- analizuje przypadki presji, przemocy i naruszenia granic
- omawia wpływ presji społecznej na człowieka
- analizuje przykłady zagrożeń środowiskowych, cyberprzemoc i manipulację

Ocenę dostateczną otrzymuje uczeń, który spełnia wymagania na ocenę dopuszczającą oraz :

- wyjaśnia znaczenie wartości dla zdrowia
- omawia wpływ trybu życia i aktywności na zdrowie
- wyjaśnia rolę składników odżywczych
- omawia zależności między zdrowiem psychicznym i stylem życia
- wyjaśnia mechanizmy dobrych i trudnych relacji
- omawia zależności między dojrzewaniem, emocjami, tożsamością i relacjami
- wyjaśnia wpływ zanieczyszczeń na zdrowie

Ocenę dopuszczającą otrzymuje uczeń, który :

- rozpoznaje godność i szacunek jako podstawy relacji
- wymienia zasady zdrowego stylu życia
- omawia znaczenie ruchu, odpoczynku i snu
- rozpoznaje zasady racjonalnego żywienia
- rozpoznaje stres i podstawowe sygnały potrzeby pomocy
- zna zasady komunikacji, granic, zgody i szacunku
- wskazuje związki środowiska ze zdrowiem człowieka
- rozpoznaje zagrożenia cywilizacyjne i używki