Wymagania edukacyjne z edukacji zdrowotnej
Klasa IV

Wymagania mają charakter hierarchiczny - każdy wyższy poziom obejmuje wiadomości i umiejętności poziomów niższych. 2 - odtwarzanie; 3 - rozumienie; 4 - zastosowanie; 5 - analiza; 6 - tworzenie i ocenianie.

Ocena	Poziom wymagań - obserwowalne osiągnięcia ucznia
2 - dopuszczający	Uczeń definiuje zdrowie w podstawowym zakresie; rozpoznaje, wymienia i wskazuje zachowania sprzyjające i negatywnie wpływające na zdrowie, podstawowe czynniki wpływające na zdrowie, sposoby profilaktyki i korzystania z pomocy lekarskiej, znaczenie wody, korzystne produkty spożywcze, znaczenie ruchu i snu, podstawowe emocje, zmiany w dojrzewaniu oraz zasady bezpiecznego korzystania z Internetu i higieny cyfrowej.
3 - dostateczny	Uczeń rozumie, opisuje i wyjaśnia wpływ odżywiania, nawodnienia, aktywności fizycznej, snu i codziennych zachowań na zdrowie; porównuje zachowania korzystne i niekorzystne; wskazuje sposoby dbania o zdrowie, uzyskania pomocy w trudnej sytuacji i tworzenia dobrych relacji oraz opisuje podstawowe zmiany okresu dojrzewania i zasady higieny cyfrowej.
4 - dobry	Uczeń stosuje i wykorzystuje wiedzę o zdrowiu w typowych sytuacjach: wybiera zachowania i produkty korzystne dla zdrowia, stosuje zasady nawodnienia, aktywności, snu, profilaktyki i higieny cyfrowej oraz rozwiązuje proste sytuacje dotyczące emocji, relacji, bezpieczeństwa w Internecie i szukania pomocy.
5 - bardzo dobry	Uczeń analizuje wpływ zachowań, odżywiania, nawodnienia, aktywności, snu, emocji, relacji i korzystania z Internetu na zdrowie oraz uzasadnia znaczenie profilaktyki, pomocy lekarskiej, właściwych wyborów żywieniowych, higieny cyfrowej i bezpiecznych sposobów reagowania w trudnych sytuacjach.
6 - celujący	Uczeń ocenia zachowania, informacje i rozwiązania dotyczące zdrowia, relacji i bezpieczeństwa oraz tworzy i projektuje poprawne merytorycznie materiały związane z treściami zajęć, np. projekt, plakat, infografikę lub prezentację; wykorzystuje wiedzę do proponowania własnych działań prozdrowotnych i może prezentować je klasie lub prowadzić uzgodniony fragment zajęć.

Formy sprawdzania osiągnięć: odpowiedź ustna, karta pracy, quiz/kartkówka lub sprawdzian, zadanie praktyczne, analiza przypadku, praca z materiałem źródłowym, debata, projekt, prezentacja, plakat lub infografika oraz inne formy pozwalające sprawdzić opanowanie wymaganych wiadomości i umiejętności.

Wymagania edukacyjne z edukacji zdrowotnej
Klasa V

Wymagania mają charakter hierarchiczny - każdy wyższy poziom obejmuje wiadomości i umiejętności poziomów niższych. 2 - odtwarzanie; 3 - rozumienie; 4 - zastosowanie; 5 - analiza; 6 - tworzenie i ocenianie.

Ocena	Poziom wymagań - obserwowalne osiągnięcia ucznia
2 - dopuszczający	Uczeń definiuje podstawowe pojęcia dotyczące zdrowia; rozpoznaje, wymienia i wskazuje zachowania sprzyjające i negatywnie wpływające na zdrowie, sposoby profilaktyki i korzystania z pomocy lekarskiej, korzystne produkty spożywcze, podstawowe emocje, zmiany w dojrzewaniu, używki, czynniki środowiskowe oraz zasady bezpiecznego korzystania z Internetu i higieny cyfrowej.
3 - dostateczny	Uczeń rozumie, opisuje i wyjaśnia wpływ odżywiania, nawodnienia, snu, odpoczynku i aktywności fizycznej na zdrowie; wyjaśnia znaczenie profilaktyki, relacji, szacunku wobec siebie i innych oraz wpływ używek i środowiska na zdrowie; opisuje sposoby radzenia sobie z emocjami i uzyskania pomocy w trudnej sytuacji.
4 - dobry	Uczeń stosuje i wykorzystuje wiedzę w typowych sytuacjach: dokonuje wyborów sprzyjających zdrowiu, stosuje zasady odżywiania, nawodnienia, aktywności, odpoczynku i higieny cyfrowej oraz rozwiązuje proste problemy dotyczące emocji, relacji, presji, używek, bezpieczeństwa w Internecie i zmian okresu dojrzewania.
5 - bardzo dobry	Uczeń analizuje wpływ stylu życia, odżywiania, aktywności, snu, odpoczynku, nawodnienia, emocji, relacji, środowiska, używek i korzystania z Internetu na zdrowie oraz uzasadnia wybory prozdrowotne, sposoby radzenia sobie z emocjami i znaczenie szacunku, profilaktyki i bezpiecznych zachowań.
6 - celujący	Uczeń ocenia zachowania, informacje i rozwiązania dotyczące zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego oraz tworzy i projektuje materiały edukacyjne, projekty, plakaty, infografiki lub prezentacje dotyczące treści zajęć; proponuje własne rozwiązania prozdrowotne i może prezentować je klasie lub prowadzić uzgodniony fragment lekcji.

Formy sprawdzania osiągnięć: odpowiedź ustna, karta pracy, quiz/kartkówka lub sprawdzian, zadanie praktyczne, analiza przypadku, praca z materiałem źródłowym, debata, projekt, prezentacja, plakat lub infografika oraz inne formy pozwalające sprawdzić opanowanie wymaganych wiadomości i umiejętności.

Wymagania edukacyjne z edukacji zdrowotnej
Klasa VI

Wymagania mają charakter hierarchiczny - każdy wyższy poziom obejmuje wiadomości i umiejętności poziomów niższych. 2 - odtwarzanie; 3 - rozumienie; 4 - zastosowanie; 5 - analiza; 6 - tworzenie i ocenianie.

Ocena	Poziom wymagań - obserwowalne osiągnięcia ucznia
2 - dopuszczający	Uczeń definiuje zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne oraz rozpoznaje, wymienia i wskazuje elementy zdrowego stylu życia, podstawowe składniki odżywcze, objawy stresu, czynniki nadwagi i otyłości, badania profilaktyczne, szczepienia, używki i uzależnienia, zmiany w dojrzewaniu, wiarygodne źródła informacji oraz zasady bezpiecznego korzystania z Internetu i higieny cyfrowej.
3 - dostateczny	Uczeń rozumie, opisuje i wyjaśnia wpływ odżywiania, nawodnienia, snu, odpoczynku i aktywności na zdrowie; wyjaśnia znaczenie składników odżywczych, profilaktyki, badań i szczepień, samooceny i radzenia sobie ze stresem oraz wpływ używek, uzależnień, środowiska i Internetu na zdrowie; porównuje zdrowie fizyczne, psychiczne i społeczne.
4 - dobry	Uczeń stosuje i wykorzystuje wiedzę o zdrowym stylu życia, żywieniu, aktywności, regeneracji, profilaktyce, badaniach i szczepieniach; rozwiązuje typowe sytuacje dotyczące stresu, emocji, samooceny, relacji, używek, uzależnień i bezpieczeństwa cyfrowego oraz wykorzystuje wiarygodne źródła informacji o zdrowiu.
5 - bardzo dobry	Uczeń analizuje zależności między stylem życia a zdrowiem fizycznym, psychicznym i społecznym, czynniki nadwagi i otyłości, znaczenie badań i szczepień oraz wpływ stresu, samooceny, emocji, dojrzewania, używek, uzależnień, Internetu i środowiska na zdrowie; uzasadnia wybór działań profilaktycznych i wiarygodnych źródeł.
6 - celujący	Uczeń ocenia wiarygodność informacji, zachowania i rozwiązania dotyczące zdrowego stylu życia, profilaktyki i bezpieczeństwa oraz tworzy i projektuje materiały edukacyjne, projekty, plakaty, infografiki lub prezentacje na podstawie rzetelnych źródeł; proponuje własne rozwiązania problemów zdrowotnych i może prowadzić uzgodniony fragment zajęć.

Formy sprawdzania osiągnięć: odpowiedź ustna, karta pracy, quiz/kartkówka lub sprawdzian, zadanie praktyczne, analiza przypadku, praca z materiałem źródłowym, debata, projekt, prezentacja, plakat lub infografika oraz inne formy pozwalające sprawdzić opanowanie wymaganych wiadomości i umiejętności.

Wymagania edukacyjne z edukacji zdrowotnej
Klasa VII

Wymagania mają charakter hierarchiczny - każdy wyższy poziom obejmuje wiadomości i umiejętności poziomów niższych. 2 - odtwarzanie; 3 - rozumienie; 4 - zastosowanie; 5 - analiza; 6 - tworzenie i ocenianie.

Ocena	Poziom wymagań - obserwowalne osiągnięcia ucznia
2 - dopuszczający	Uczeń definiuje podstawowe pojęcia związane ze zdrowiem oraz rozpoznaje, wymienia i wskazuje czynniki stylu życia wpływające na zdrowie, choroby zakaźne, podstawowe mierniki zdrowia, zasady higieny, zmiany fizyczne i psychiczne w dojrzewaniu, używki i substancje psychoaktywne, rodzaje niepełnosprawności i barier oraz przykłady wpływu środowiska i zmian klimatu na zdrowie.
3 - dostateczny	Uczeń rozumie, opisuje i wyjaśnia wpływ stylu życia, aktywności, snu i odżywiania na zdrowie fizyczne i psychiczne; wyjaśnia zasady profilaktyki chorób zakaźnych, znaczenie mierników zdrowia i higieny, zagrożenia nieprawidłowej diety, suplementacji i substancji psychoaktywnych oraz związek między emocjami, komunikacją, reakcjami i zachowaniem.
4 - dobry	Uczeń stosuje i wykorzystuje wiedzę o profilaktyce chorób zakaźnych, miernikach zdrowia, aktywności, śnie, odżywianiu i higienie oraz rozwiązuje typowe sytuacje dotyczące emocji, komunikacji, używek, substancji psychoaktywnych, zmian dojrzewania i barier związanych z niepełnosprawnością; wykorzystuje zasady działań proekologicznych.
5 - bardzo dobry	Uczeń analizuje wpływ stylu życia na zdrowie fizyczne i psychiczne, zależności między aktywnością, snem, odżywianiem i miernikami zdrowia oraz zagrożenia związane z chorobami zakaźnymi, nieprawidłową dietą, suplementacją, używkami i substancjami psychoaktywnymi; uzasadnia znaczenie higieny, komunikacji, dostępności i działań proekologicznych.
6 - celujący	Uczeń ocenia informacje, zachowania i rozwiązania dotyczące stylu życia, profilaktyki, odżywiania, suplementacji, emocji, komunikacji, używek, dostępności oraz wpływu środowiska i zmian klimatu na zdrowie, a także tworzy i projektuje materiały i działania edukacyjne lub proekologiczne; może prezentować je klasie lub współprowadzić uzgodniony fragment zajęć.

Formy sprawdzania osiągnięć: odpowiedź ustna, karta pracy, quiz/kartkówka lub sprawdzian, zadanie praktyczne, analiza przypadku, praca z materiałem źródłowym, debata, projekt, prezentacja, plakat lub infografika oraz inne formy pozwalające sprawdzić opanowanie wymaganych wiadomości i umiejętności.