

Przedmiotowe Zasady Oceniania

EDUKACJA ZDROWOTNA

Szkoła Ponadpodstawowa (Klasy I–III)

Zakres: Podstawowy

Podstawa prawna: Rozporządzenie Ministra Edukacji z dnia 24 stycznia 2025 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (obowiązujące od 1 września 2026 r.).

I. POSTANOWIENIA OGÓLNE

1. Edukacja zdrowotna w szkole ponadpodstawowej realizowana jest w wymiarze 2 godzin w cyklu kształcenia.
2. Głównym celem przedmiotu jest kształtowanie u uczniów nawyków prozdrowotnych, odpowiedzialności za zdrowie własne i innych, a także rozwijanie umiejętności radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych.
3. Przedmiot kładzie szczególny nacisk na wymiar praktyczny (rozwijanie umiejętności) oraz postawy uczniów, a nie tylko na wiedzę teoretyczną.
4. Zgodnie z podstawą programową, zagadnienia dotyczące zdrowia seksualnego zostały wyłączone z przedmiotów obowiązkowych i stanowią odrębne zajęcia nieobowiązkowe.

II. OGÓLNE KRYTERIA OCENIANIA (Wymagania na poszczególne oceny)

- **Ocenę dopuszczającą (2)** otrzymuje uczeń, który z pomocą nauczyciela potrafi wymienić podstawowe czynniki wpływające na zdrowie, zna podstawowe zasady higieny, zdrowego odżywiania oraz potrafi wskazać źródła pomocy w kryzysie psychologicznym.
- **Ocenę dostateczną (3)** otrzymuje uczeń, który samodzielnie definiuje podstawowe pojęcia związane ze zdrowiem fizycznym i psychicznym, potrafi wyjaśnić mechanizmy powstawania uzależnień oraz zna zasady bezpiecznego korzystania z technologii cyfrowych.
- **Ocenę dobrą (4)** otrzymuje uczeń, który poprawnie analizuje własne nawyki zdrowotne, potrafi zaplanować zbilansowany posiłek i prosty plan aktywności fizycznej, wykazuje asertywność w sytuacjach rówieśniczych oraz potrafi krytycznie ocenić informacje zdrowotne w mediach.
- **Ocenę bardzo dobrą (5)** otrzymuje uczeń, który w pełni opanował wymagania szczegółowe podstawy programowej, sprawnie argumentuje i wyciąga wnioski, wykazuje się wysoką kulturą dyskusji, wzorowo realizuje obowiązkowe doświadczenie edukacyjne oraz wdraża zasady higieny cyfrowej i zdrowego stylu życia w codziennym funkcjonowaniu.
- **Ocenę celującą (6)** otrzymuje uczeń, który wykazuje się wiedzą i umiejętnościami wykraczającymi poza program nauczania, inicjuje działania prozdrowotne i ekologiczne na terenie szkoły lub w środowisku lokalnym, bądź osiąga sukcesy w konkursach i olimpiadach tematycznych.

III. WARUNKI REALIZACJI I OCENIANIA PRAKTYCZNEGO

1. **Obowiązkowe Doświadczenie Edukacyjne:** W każdym roku szkolnym uczeń ma obowiązek zrealizować co najmniej jedno praktyczne doświadczenie edukacyjne (indywidualnie lub w zespole).
2. **Formy realizacji projektu:**
 - Prowadzenie tygodniowego dzienniczka nawyków (np. analiza snu lub spożycia cukru).
 - Przeprowadzenie i omówienie eksperymentu dotyczącego higieny cyfrowej (np. 48h offline).
 - Przygotowanie szkolnej kampanii informacyjnej lub prezentacji dla klasy na wybrany temat.
3. Niewywiązanie się z obowiązku realizacji doświadczenia edukacyjnego uniemożliwia uzyskanie oceny wyższej niż dostateczna na koniec roku szkolnego.