

Wymagania edukacyjne – edukacja zdrowotna

Klasa IV

Podstawa opracowania	Program ORE „Holistyczna edukacja prozdrowotna w szkole podstawowej – ciało, umysł, duch. Siła harmonii”, Warszawa 2026, wydanie 2.	Przedmiot	Edukacja Zdrowotna
Nauczyciel	Magdalena Kaźmierczak	Szkoła	Szkoła Podstawowa im. Synów Pułku w Siennicy Różanej
Klasa	IV	Rok szkolny	2026/2027

Wymagania edukacyjne dostosowuje się do indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych ucznia w przypadkach określonych w przepisach prawa oświatowego.

Systematyczność wykonywania przez ucznia nieobowiązkowych prac domowych może być uwzględniana przez nauczyciela przy ustalaniu rocznej oceny klasyfikacyjnej.

Wymagania edukacyjne – edukacja zdrowotna – klasa IV

Ocena	Wymagania edukacyjne
Niedostateczny (1)	– uczeń nie spełnia wymagań edukacyjnych określonych na ocenę dopuszczającą.
Dopuszczający (2)	– rozpoznaje podstawowe pojęcia związane ze zdrowiem oraz podaje przykłady zachowań sprzyjających zdrowiu i zachowań ryzykownych; – zna podstawowe zasady higieny, odżywiania, nawodnienia, aktywności fizycznej i snu oraz potrafi wskazać ich znaczenie dla zdrowia; – nazywa podstawowe emocje, rozpoznaje stres i wie, do kogo zwrócić się po pomoc w trudnej sytuacji; – rozpoznaje podstawowe formy przemocy i zagrożeń w sieci, zna najważniejsze zasady bezpieczeństwa oraz podstawowy sposób reagowania w nagłej sytuacji.
Dostateczny (3)	– wyjaśnia podstawowe zależności między stylem życia, środowiskiem, relacjami i zdrowiem oraz wskazuje znaczenie profilaktyki; – opisuje typowe zmiany okresu dojrzewania, podstawowe zasady higieny i sytuacje, w których należy skorzystać z pomocy osoby dorosłej lub lekarza; – wyjaśnia znaczenie nawodnienia, zdrowego żywienia, aktywności i snu oraz odczytuje proste informacje z etykiety produktu; – rozpoznaje i nazywa emocje, opisuje proste sposoby radzenia sobie ze stresem i wskazuje źródła wsparcia; – opisuje zasady bezpiecznych relacji, reagowania na przemoc i bezpiecznego korzystania z Internetu.
Dobry (4)	– samodzielnie wyjaśnia wpływ codziennych wyborów na zdrowie i uzasadnia znaczenie odpowiedzialności za własne zdrowie; – dobiera właściwe zachowania dotyczące higieny, odżywiania, nawodnienia, ruchu i snu do typowych sytuacji życia codziennego; – porównuje proste informacje zdrowotne i żywieniowe oraz uzasadnia wybór korzystniejszego rozwiązania; – stosuje konstruktywne sposoby radzenia sobie z emocjami, stresem i konfliktem oraz wskazuje właściwy sposób szukania pomocy; – analizuje typowe sytuacje przemocy, zagrożenia cyfrowego lub nagłego zagrożenia zdrowia i proponuje bezpieczne działanie.
Bardzo dobry (5)	– samodzielnie i poprawnie posługuje się wiadomościami i umiejętnościami dotyczącymi zdrowia fizycznego, psychicznego i społecznego, higieny, dojrzewania, żywienia i nawodnienia, emocji i stresu, relacji, aktywności fizycznej, bezpieczeństwa, Internetu i zdrowia środowiskowego; – łączy wiedzę o zdrowiu fizycznym, psychicznym, społecznym i środowiskowym oraz wyjaśnia zależności między stylem życia, relacjami, środowiskiem i dobrostanem; – samodzielnie analizuje zachowania prozdrowotne i ryzykowne, przewiduje ich możliwe skutki oraz proponuje adekwatne działania profilaktyczne; – trafnie dobiera sposoby reagowania w sytuacjach stresu, konfliktu, przemocy, cyberzagrożenia, potrzeby pomocy medycznej lub pierwszej pomocy i uzasadnia swój wybór; – świadomie wykorzystuje informacje dotyczące żywienia, higieny, aktywności, snu i bezpieczeństwa do planowania własnych zachowań zdrowotnych; – aktywnie realizuje zadania projektowe, współpracuje, porządkuje informacje, formułuje wnioski i prezentuje rezultaty.

Ocena	Wymagania edukacyjne
Celujący (6)	– spełnia wymagania na ocenę bardzo dobrą oraz samodzielnie integruje wiedzę z różnych obszarów edukacji zdrowotnej i wykorzystuje ją w nowych sytuacjach; – trafnie analizuje bardziej złożone problemy dotyczące zdrowia, relacji, bezpieczeństwa i środowiska, przewiduje konsekwencje oraz uzasadnia proponowane rozwiązania; – formułuje własne, realistyczne propozycje działań służących zdrowiu i bezpieczeństwu oraz potrafi ocenić ich możliwe efekty; – samodzielnie i odpowiedzialnie planuje lub rozwija projekt, korzysta z adekwatnych informacji, wyciąga wnioski i prezentuje je w uporządkowany sposób.