

Wymagania Edukacyjne – Edukacja Zdrowotna: Klasa VIII

Opracowano na podstawie programu „Holistyczna edukacja prozdrowotna w szkole podstawowej – ciało, umysł, duch. Siła harmonii” (ORE, Warszawa 2026)

Ogólne Kryteria Oceniania na Poszczególne Stopnie

Ocena	Oznaczenie	Ogólne kryteria i charakterystyka osiągnięć ucznia
Niedostateczna	1 (ndst)	Uczeń nie opanował podstawowej wiedzy i umiejętności określonych w podstawie programowej. Nie potrafi wykonać prostych zadań nawet przy pomocy nauczyciela. Wykazuje całkowity brak zaangażowania i lekceważący stosunek do przedmiotu oraz zasad bezpieczeństwa.
Dopuszczająca	2 (dop)	Uczeń opanował podstawowe pojęcia i wiedzę w stopniu minimalnym. Przy znacznej pomocy nauczyciela potrafi wymienić podstawowe zasady zdrowego stylu życia, higieny czy bezpieczeństwa. Poprawnie (choć z niepewnością) uczestniczy w prostych ćwiczeniach i pracach grupowych.
Dostateczna	3 (dst)	Uczeń opanował podstawowe treści w stopniu zadowalającym. Samodzielnie definiuje podstawowe pojęcia (np. zdrowie, higiena cyfrowa, pierwsza pomoc), potrafi podać przykłady zachowań prozdrowotnych i zidentyfikować sytuacje ryzykowne. Aktywnie wykonuje zadania na lekcji.
Dobra	4 (db)	Uczeń w pełni opanował materiał. Samodzielnie analizuje zjawiska, wyciąga wnioski, potrafi sprawnie łączyć wiedzę z różnych działów (np. wpływ aktywności fizycznej na zdrowie psychiczne). Dbą o higienę pracy i relacji, aktywnie i twórczo uczestniczy w projektach i dyskusjach.
Bardzo dobra	5 (bdb)	Uczeń sprawnie operuje zebraną wiedzą, wykazuje dojrzałą postawę i wysoki poziom empatii, przestrzega zasad asertywności i relacji. Prezentuje własne przemyślane wnioski, bierze czynny udział w projektach prozdrowotnych oraz potrafi prawidłowo zareagować w sytuacjach zagrożenia (np. pierwsza pomoc, cyberprzemoc).
Celująca	6 (cel)	Uczeń wykazuje zainteresowania wykraczające poza program nauczania. Samodzielnie inicjuje działania prozdrowotne i profilaktyczne w klasie/szkole. Wykazuje postawę wzorową, podejmuje zaawansowane doświadczenia edukacyjne i tworzy autorskie rozwiązania/projekty.

Szczegółowe Wymagania Edukacyjne – Klasa VIII

Główne działy: Człowiek świadomy – zdrowy, etyczny, odpowiedzialny – planowanie dorosłego życia, profilaktyka chorób cywilizacyjnych, odpowiedzialność w relacjach.

Ocena	Wymagania szczegółowe – wiedza i umiejętności ucznia
1 (ndst)	Uczeń nie opanował kluczowej wiedzy z zakresu profilaktyki zdrowotnej, pierwszej pomocy ani odpowiedzialności w relacjach.
2 (dop)	Z pomocą nauczyciela potrafi wymienić podstawowe czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych; zna numery alarmowe oraz podstawowe zasady udzielania pierwszej pomocy i odpowiedzialności karnej/etycznej.
3 (dst)	Samodzielnie charakteryzuje wybrane choroby cywilizacyjne oraz metody ich profilaktyki; definiuje zasady świadomego rodzicielstwa i odpowiedzialnego budowania relacji; rozumie znaczenie samodzielnego dbania o zdrowie w dorosłym życiu.

Ocena	Wymagania szczegółowe – wiedza i umiejętności ucznia
4 (db)	Potrafi ocenić czynniki ryzyka w życiu codziennym i wyciągnąć wnioski dotyczące własnych wyborów zdrowotnych; omawia wpływ stylu życia na przyszłe zdrowie reprodukcyjne i ogólne; sprawnie realizuje zadania z wymagań do wyboru.
5 (bdb)	Prezentuje postawę pełnej odpowiedzialności za decyzje zdrowotne, etyczne i społeczne; wykazuje się dojrzałością w dyskusjach na temat relacji, wartości i zdrowia psychicznego; prawidłowo i bezstresowo podejmuje działania z zakresu pierwszej pomocy.
6 (cel)	Wzorowo realizuje samodzielne doświadczenie edukacyjne; wykazuje postawę dorosłego, świadomego lidera prozdrowotnego; inspiruje społeczność szkolną do podejmujących zachowań sprzyjających zdrowiu.