

Kryteria sukcesu- karta dla nauczyciela

Przedmiot: Edukacja Zdrowotna

Semestr: I

Klasa: VIII

procent	liczba kryteriów	ocena
100%		6
85%-99%		5
70%-84%		4
50%-69%		3
30%-49%		2
0-29%		1

Dział:	Tematy:	Uczeń potrafi:	Pkt z podstawy	Umiem	Trochę umiem	Nie umiem
Wartości i postawy	Godność i szacunek – fundament dobrych relacji	- wyjaśnić, czym jest godność człowieka; - wymienić sposoby okazywania szacunku sobie i innym osobom; - wyjaśnić, prostymi słowami pojęcie akceptacja.	I. 1), 2)			
	Zdrowie ma znaczenie – dbam o siebie, innych i środowisko	- wskazać zdrowie jako ważną wartość w życiu człowieka; - wymienić działania służące zdrowiu własnemu i innych osób; - wskazać działania, które pomagają chronić środowisko i klimat.	I. 3), 4)			
	Pomagam – bo zdrowie innych też się liczy!	- wskazać przykłady zachowań prospołecznych związanych ze zdrowiem; - wyjaśnić znaczenie wolontariatu i pomagania innym; - wskazać sposoby wspierania zdrowia innych osób.	I. 5)			

Aktywność fizyczna	Ruch to zdrowie – jak dbać o ciało, kręgosłup i środowisko każdego dnia	- wykonać proste ćwiczenia wspierające prawidłową postawę ciała; - zastąpić bezruch ruchem w codziennych sytuacjach; - wskazać korzyści z aktywnego transportu dla zdrowia i środowiska.	III. 3), 4)			
	Dlaczego sen jest kluczowy dla zdrowia?	- wskazać znaczenie snu dla zdrowia i samopoczucia; - rozpoznać podstawowe sygnały niewyspania lub nadmiernego zmęczenia; - zaplanować dzień z czasem na aktywność, odpoczynek i odpowiednią ilość snu.	II. 1); III. 2)			
Zdrowie fizyczne	Bezpiecznie w kontakcie ze zwierzętami i przyrodą.	- wymienić przykłady chorób przenoszonych ze zwierząt na ludzi; - wskazać sposoby ochrony przed zakażeniem i ukąszeniami; - opisać bezpieczne postępowanie po zauważeniu kleszcza.	II. 1)			
	Życie z chorobą przewlekłą – wiedza, zrozumienie i wsparcie	- wymienić przykłady chorób przewlekłych; - opisać wybrane trudności i potrzeby osoby żyjącej z chorobą przewlekłą; - wskazać proste sposoby okazania zrozumienia i wsparcia.	II. 2)			
Zdrowie społeczne	Relacje, które budują – od zauroczenia do odpowiedzialności	- odróżnić zauroczenie, zakochanie i miłość; - rozpoznać zachowania wspierające i niewłaściwe w bliskich relacjach; - dbać o własne potrzeby i granice z poszanowaniem potrzeb drugiej osoby	VI. 1), 2)			

	Jak rozwiązywać konflikty z szacunkiem?	- rozpoznać sytuację konfliktową i nazwać jej przyczynę; - zastosować spokojny i szanujący innych sposób komunikowania własnych potrzeb; - wskazać mediację jako jeden ze sposobów rozwiązania sporu.	VI. 4)			
Zdrowie psychiczne	Co wpływa na moje samopoczucie? – dobrostan i sposoby radzenia sobie z trudnościami	- rozpoznać czynniki, które wzmacniają lub osłabiają własny dobrostan; - nazwać własne emocje i potrzeby w trudnej sytuacji; - zastosować prostą, bezpieczną technikę radzenia sobie z napięciem lub trudnością.	V. 1)			
Internet i profilaktyka uzależnień	Klikam z głową – wybieram bezpiecznie	- rozpoznać wybrane zagrożenia związane z relacjami i zachowaniami w internecie; - ocenić własną aktywność w sieci pod kątem bezpieczeństwa; - zastosować sposób ochrony przed szkodliwym korzystaniem z technologii i presją otoczenia.	X. 1), 2), 4)			
	Razem dla zdrowia – projekt promujący higienę cyfrową i zdrowy styl życia	- wybrać cel projektu dotyczącego higieny cyfrowej i zdrowego stylu życia; - zaplanować proste działania potrzebne do wykonania projektu; - podzielić zadania i przygotować potrzebne materiały.	X. 2)			

	Razem dla zdrowia – projekt promujący higienę cyfrową i zdrowy styl życia	- wykonać uzgodnione zadanie w ramach projektu; - zaprezentować efekt wspólnej pracy w zrozumiały sposób; - ocenić własny udział i wskazać jeden nawyk, który warto stosować dla zdrowia.	X. 2)			
--	--	---	-------	--	--	--