

Wymagania edukacyjne z edukacji zdrowotnej klasa 6

Klasa 6, dział - Moje działania w sieci		
wg Bloom'a	ocena	wymagania
zapamiętywanie	dopuszczający	Uczeń: - wymienia podstawowe zasady higieny cyfrowej. - rozpoznaje pojęcia: niebieskie światło, szyja SMS-owa, krótkowzroczność, cyberprzemoc, hejt, mowa nienawiści, patostreaming, cyberrzeczywistość, grooming, AI i VR.
rozumienie	dostateczny	Uczeń: - wyjaśnia wpływ urządzeń ekranowych na zdrowie. - omawia różnice między relacjami bezpośrednimi a relacjami z użyciem technologii. - opisuje zagrożenia wynikające z niewłaściwego używania technologii, w tym cyberprzemoc, hejt, mowę nienawiści, patostreaming i uzależnienie od Internetu.
zastosowanie	dobry	Uczeń: - przestrzega zasad higieny cyfrowej. - stosuje zasady bezpiecznego korzystania z Internetu, AI i VR. - wskazuje sposoby reagowania na zagrożenia w sieci oraz miejsca uzyskania pomocy specjalistycznej.
analiza i ocena	bardzo dobry	Uczeń: - analizuje korzyści i zagrożenia związane ze sztuczną inteligencją oraz wirtualną rzeczywistością. - ocenia konsekwencje hejtu, mowy nienawiści, cyberprzemocy, patostreamingu i kreowania cyberrzeczywistości. - uzasadnia potrzebę odpowiedzialnego korzystania z technologii.
tworzenie	celujący	Uczeń: - tworzy poradnik odpowiedzialnego korzystania z Internetu, AI lub VR. - projektuje kampanię przeciw hejtowi, cyberprzemocy, mowie nienawiści lub patostreamingowi. - opracowuje procedurę reagowania na zagrożenia cyfrowe.

Klasa 6, dział - Moja profilaktyka uzależnień		
wg Bloom'a	ocena	wymagania
zapamiętywanie	dopuszczający	Uczeń: - wymienia przykłady uzależnień i substancji psychoaktywnych, w tym alkohol, wyroby tytoniowe i napoje energetyzujące. - rozpoznaje zagrożenia związane z nadmiernym korzystaniem z Internetu i używaniem substancji psychoaktywnych.
rozumienie	dostateczny	Uczeń: - wyjaśnia, czym jest uzależnienie. - omawia podstawowe zagrożenia wynikające z używania alkoholu, tytoniu, napojów energetyzujących i innych substancji psychoaktywnych. - opisuje korzyści wynikające z przestrzegania domowych zasad ekranowych.
zastosowanie	dobry	Uczeń: - stosuje zasady higieny cyfrowej i unikania zachowań ryzykownych. - wskazuje sposoby reagowania w sytuacjach zagrożenia uzależnieniem. - wymienia miejsca uzyskania pomocy specjalistycznej. - formułuje proste argumenty za nieużywaniem substancji psychoaktywnych.
analiza i ocena	bardzo dobry	Uczeń: - analizuje mechanizm uzależnienia oraz skutki zdrowotne i społeczne używania alkoholu, tytoniu, napojów energetyzujących i innych substancji psychoaktywnych. - ocenia wpływ zachowań ryzykownych na zdrowie, relacje i bezpieczeństwo. - uzasadnia korzyści wynikające z niezazywania substancji psychoaktywnych.
tworzenie	celujący	Uczeń: - projektuje kampanię profilaktyczną przeciw uzależnieniom. - tworzy materiały edukacyjne promujące zdrowe wybory. - opracowuje zestaw argumentów dotyczących korzyści z niespożywania alkoholu, nieużywania wyrobów tytoniowych i niespożywania napojów energetyzujących.
Klasa 6, dział - Moje dojrzewanie		
wg Bloom'a	ocena	wymagania
zapamiętywanie	dopuszczający	Uczeń: - wymienia podstawowe zmiany fizyczne, psychiczne, emocjonalne i społeczne występujące w okresie dojrzewania. - rozpoznaje podstawowe zasady higieny osobistej związanej ze zmianami okresu dojrzewania.
rozumienie	dostateczny	Uczeń: - opisuje zmiany zachodzące w okresie dojrzewania. - wyjaśnia różnice między dojrzewaniem fizycznym a dojrzałością psychiczną. - omawia zmiany zachodzące w mózgu nastolatka i ich wpływ na zachowanie.
zastosowanie	dobry	Uczeń: - identyfikuje zmiany dotyczące dojrzewania należące do normy medycznej oraz te, które mogą od niej odbiegać. - stosuje zasady higieny skóry twarzy, całego ciała i narządów płciowych. - wskazuje, kiedy należy zwrócić się o pomoc do osoby dorosłej lub specjalisty.

analiza i ocena	bardzo dobry	Uczeń: - analizuje wpływ zmian fizycznych, psychicznych, emocjonalnych i społecznych na funkcjonowanie nastolatka. - porównuje dojrzewanie fizyczne i psychiczną dojrzałość. - uzasadnia znaczenie higieny, obserwowania swojego ciała i szukania pomocy w sytuacjach niepokojących.
tworzenie	celujący	Uczeń: - tworzy poradnik dotyczący dojrzewania i higieny osobistej. - opracowuje zasady dbania o zdrowie, komfort i bezpieczeństwo w okresie dojrzewania. - proponuje sposoby radzenia sobie ze zmianami okresu dojrzewania z poszanowaniem prywatności i godności własnej oraz innych osób.
Klasa 6, dział - Moje zdrowie społeczne		
wg Bloom'a	ocena	wymagania
zapamiętywanie	dopuszczający	Uczeń: - wymienia podstawowe rodzaje relacji: koleżeństwo, przyjaźń, zauroczenie, zakochanie, miłość. - rozpoznaje przykłady właściwych i niewłaściwych zachowań w relacjach. - wymienia podstawowe funkcje rodziny oraz przykłady zmian, które mogą w niej występować.
rozumienie	dostateczny	Uczeń: - wyjaśnia pojęcia związane z relacjami. - opisuje funkcje rodziny, przejawy jej prawidłowego funkcjonowania oraz wartość rodziny w życiu człowieka. - omawia podstawowe prawa i obowiązki dziecka oraz rodziców.
zastosowanie	dobry	Uczeń: - wskazuje sposoby dbania o więzi rodzinne i rówieśnicze. - rozpoznaje sytuacje, w których może dojść do naruszenia granic osobistych. - stosuje zasady szacunku, empatii i ochrony granic własnych oraz innych osób. - wymienia sposoby radzenia sobie ze zmianami w rodzinie.
analiza i ocena	bardzo dobry	Uczeń: - analizuje czynniki wpływające na atmosferę w rodzinie i jakość relacji. - ocenia, które zachowania są wspierające, a które niewłaściwe lub naruszające granice osobiste. - uzasadnia, dlaczego w sytuacji zagrożenia, przemocy lub przekroczenia granic należy szukać pomocy.
tworzenie	celujący	Uczeń: - tworzy kodeks dobrych relacji opartych na szacunku, empatii, odpowiedzialności i ochronie granic. - projektuje sposoby wspierania osób doświadczających trudnych zmian rodzinnych. - proponuje działania wzmacniające więzi rodzinne i rówieśnicze.