

WYMAGANIA EDUKACYJNE I ZASADY OCENIANIA

EDUKACJA ZDROWOTNA - LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE

Szkoła	IV Liceum Ogólnokształcące im. Orłąt Lwowskich w Gliwicach
Klasa i oddział	klasa I liceum
Rok realizacji przedmiotu	pierwszy rok nauczania
Rok szkolny	2026/2027
Program / materiały	Realizacja zgodna z obowiązującą podstawą programową. Materiały: Operon, ORE, ZPE oraz inne wiarygodne źródła edukacyjne i naukowe.

1. Charakter dokumentu

Dokument określa wymagania edukacyjne oraz zasady oceniania z edukacji zdrowotnej w klasie I liceum w roku szkolnym 2026/2027. Ocenianiu podlegają wiadomości i umiejętności wynikające z podstawy programowej oraz treści rzeczywiście zrealizowane w danym roku szkolnym. Ocena ma informować o poziomie opanowania wymagań i postępach ucznia, a nie o jego prywatnych wyborach, stanie zdrowia czy sytuacji osobistej.

2. Najważniejsze zasady oceniania

- Oceny są jawne, a uczeń otrzymuje informację o tym, co wykonał poprawnie, co wymaga poprawy i w jaki sposób może uzupełnić braki.
- Wymagania edukacyjne są dostosowywane do indywidualnych potrzeb psychofizycznych i edukacyjnych ucznia zgodnie z obowiązującymi przepisami, opiniami, orzeczeniami oraz ustaleniami pomocy psychologiczno-pedagogicznej.
- Ocena śródroczna i roczna wynika z całokształtu udokumentowanych osiągnięć ucznia. Nie jest wyłącznie średnią arytmetyczną ocen bieżących.
- Szczegółowe zasady poprawiania ocen, klasyfikowania, usprawiedliwiania nieobecności oraz uzyskania oceny wyższej niż przewidywana są zgodne ze Statutem IV LO.
- W sprawach nieuregulowanych niniejszym dokumentem stosuje się przepisy prawa oświatowego i statut szkoły.

3. Co podlega ocenie

- rozumienie omawianych zagadnień zdrowotnych oraz umiejętność wyjaśniania zależności między stylem życia, środowiskiem, relacjami i zdrowiem;
- analiza sytuacji problemowych i studiów przypadku oraz proponowanie bezpiecznych, uzasadnionych rozwiązań;
- umiejętność korzystania z rzetelnych źródeł, odróżniania faktów od opinii, reklamy i dezinformacji;
- wykonywanie zadań praktycznych, symulacji, ćwiczeń, projektów i prezentacji;
- umiejętność formułowania wniosków, argumentowania i rzeczowej komunikacji;
- indywidualny, możliwy do udokumentowania wkład ucznia w pracę zespołową;
- postęp ucznia w rozwijaniu wiadomości i umiejętności objętych programem.

4. Czego nie oceniamy

- stanu zdrowia, diagnoz, masy ciała, wyglądu, sprawności ani prywatnych wyników pomiarów ucznia;
- prywatnych zachowań zdrowotnych ucznia i jego rodziny, sytuacji rodzinnej, przekonań lub osobistych doświadczeń;
- gotowości do ujawniania emocji, historii osobistych, doświadczeń przemocy lub innych informacji wrażliwych;
- zgodności poglądów ucznia z poglądami nauczyciela - ocenie może podlegać sposób argumentowania i praca ze źródłami;

- samej obecności, grzeczności, podporządkowania czy częstotliwości zabierania głosu.

5. Sposoby sprawdzania osiągnięć ucznia

WAŻNE: na edukacji zdrowotnej nie będą przeprowadzane sprawdziany, klasówki ani kartkówki.

Forma	Co może być oceniane
Studium przypadku	analiza problemu, rozpoznanie ryzyka, wybór bezpiecznego rozwiązania i jego uzasadnienie
Zadanie praktyczne / symulacja	zastosowanie procedury, zasad bezpieczeństwa i wiedzy w modelowej sytuacji
Analiza źródła, materiału lub danych	ocena wiarygodności, rozpoznawanie faktów, opinii i dezinformacji, formułowanie wniosków
Projekt indywidualny lub zespołowy	poprawność merytoryczna, korzystanie ze źródeł, planowanie, wykonanie, prezentacja i indywidualny wkład ucznia
Prezentacja / plakat / materiał edukacyjny	merytoryka, jasność przekazu, dobór źródeł, praktyczne zastosowanie wiedzy
Debata / dyskusja problemowa	argumentacja, kultura wypowiedzi, odwoływanie się do faktów i źródeł
Odpowiedź ustna / rozmowa edukacyjna	rozumienie zagadnienia, wyjaśnianie zależności i wnioskowanie; bez obowiązku podawania osobistych przykładów
Aktywność zadaniowa na lekcji	wykonanie konkretnego ćwiczenia, karty pracy, analizy lub zadania wymagającego zastosowania wiedzy
Doświadczenie edukacyjne	planowanie, realizacja, dokumentowanie i refleksja nad wykonanym działaniem

6. Prace domowe i nieobecności

Prace domowe mogą mieć charakter utrwalający, praktyczny lub projektowy. Jeżeli są oceniane, ocenie podlega jakość wykonania, poprawność merytoryczna i zastosowanie wiedzy, a nie sam fakt oddania pracy. Zadania nie mogą wymagać ujawniania prywatnych danych zdrowotnych lub osobistych.

Uczeń nieobecny podczas obowiązkowej aktywności ocenianej uzgadnia z nauczycielem sposób i termin uzupełnienia pracy. Zasady te stosuje się z uwzględnieniem statutu szkoły oraz przyczyn i długości nieobecności.

7. Ogólne kryteria ocen klasyfikacyjnych

Ocena	Ogólne wymagania
6 - celujący	Uczeń opanował wymagania w bardzo wysokim stopniu, samodzielnie łączy wiedzę z różnych obszarów, trafnie przenosi ją na nowe sytuacje, krytycznie ocenia źródła i tworzy uzasadnione, bezpieczne rozwiązania.
5 - bardzo dobry	Bardzo dobrze opanował wiadomości i umiejętności, samodzielnie je stosuje, uzasadnia wnioski, poprawnie analizuje bardziej złożone sytuacje i korzysta z wiarygodnych źródeł.
4 - dobry	Opanował większość wymagań, samodzielnie rozwiązuje typowe zadania i potrafi zastosować wiedzę w sytuacjach praktycznych; sporadycznie potrzebuje wsparcia.
3 - dostateczny	Opanował podstawowe wiadomości i umiejętności, wykonuje typowe zadania, a w trudniejszych sytuacjach korzysta ze wskazówek nauczyciela.
2 - dopuszczający	Spełnia minimum konieczne do dalszego uczenia się; z pomocą rozpoznaje podstawowe zasady, wykonuje proste zadania i stosuje najważniejsze zasady bezpieczeństwa.
1 - niedostateczny	Nie spełnia wymagań koniecznych nawet przy zapewnionym wsparciu i nie potrafi wykonać najprostszego zadania dotyczącego realizowanych wiadomości lub umiejętności.

8. Zakres wymagań w pierwszym roku nauczania

W klasie I oceniane są wyłącznie treści rzeczywiście zrealizowane. W pierwszym roku szczególny nacisk położony jest na wartości i postawy, zdrowie fizyczne, aktywność fizyczną, odżywianie oraz obowiązkowy zakres zdrowia psychicznego.

I. Wartości i postawy

Uczeń rozumie znaczenie godności, szacunku, różnorodności, altruizmu i wolontariatu; rozpoznaje uprzedzenia i dyskryminację; zna znaczenie dawstwa i bezpiecznego działania pomocowego; potrafi zaplanować lub współrealizować działanie prospołeczne.

II. Zdrowie fizyczne

Uczeń zna podstawowe zasady profilaktyki i zdrowego stylu życia, potrafi dobierać działania profilaktyczne do sytuacji, analizować przykładowe wyniki i informacje zdrowotne, rozumie znaczenie profilaktyki zakażeń, antybiotykooporności oraz opieki paliatywnej.

III. Aktywność fizyczna

Uczeń wyjaśnia korzyści z ruchu i skutki siedzącego trybu życia, dobiera bezpieczne formy aktywności, zna zasady bezpieczeństwa podczas wysiłku, potrafi planować prostą aktywność lub działanie promujące ruch.

IV. Odżywianie

Uczeń zna zasady racjonalnego i zbilansowanego żywienia, rozpoznaje stopień przetworzenia żywności, analizuje wpływ reklamy i trendów na wybory żywieniowe, planuje zbilansowany posiłek lub jadłospis i korzysta z wiarygodnych zaleceń.

V. Zdrowie psychiczne

Uczeń rozpoznaje emocje, potrzeby i czynniki wspierające dobrostan; zna znaczenie odpoczynku, relacji, samooceny i granic; potrafi rozpoznać presję i nieracjonalne przekonania, wskazać bezpieczną ścieżkę pomocy oraz odpowiedniego specjalistę.

9. Doświadczenie edukacyjne / projekt

W ciągu roku uczniowie realizują co najmniej jedno praktyczne doświadczenie edukacyjne lub projekt związany z tematyką zdrowotną, np. bezpieczną aktywnością fizyczną, świadomym odżywianiem albo innym zagadnieniem zgodnym z realizowanym programem. Projekt może być indywidualny lub zespołowy, przy czym nauczyciel powinien mieć możliwość rozpoznania indywidualnego wkładu każdego ucznia.

Kryterium	Co jest brane pod uwagę
Poprawność merytoryczna	zgodność treści z aktualną wiedzą i realizowanymi wymaganiami
Praca ze źródłami	dobór wiarygodnych źródeł, prawidłowe odczytanie i podanie informacji
Zastosowanie praktyczne	realistyczność i bezpieczeństwo proponowanych działań
Rozumowanie i refleksja	uzasadnianie decyzji, dostrzeganie ograniczeń, formułowanie wniosków
Komunikacja i wkład	jasność przekazu i udokumentowany indywidualny wkład ucznia

10. Dostosowanie wymagań i bezpieczeństwo ucznia

- Dostosowanie może obejmować m.in. formę polecenia, czas pracy, liczbę elementów zadania, sposób odpowiedzi, podział zadania na etapy, materiały wspierające lub technologię wspomagającą.
- Uczeń może wykazać wiedzę w formie pisemnej zamiast ustnej lub odwrotnie, jeżeli wynika to z jego potrzeb edukacyjnych.
- W tematach dotyczących zdrowia psychicznego, przemocy, autoagresji, relacji i uzależnień nie wymusza się osobistych zwierzeń ani ujawniania prywatnych doświadczeń.
- W zadaniach wykorzystuje się przede wszystkim sytuacje modelowe, fikcyjne lub zanonimizowane. Prywatne dane zdrowotne ucznia nie są przedmiotem oceny.

11. Ustalenia organizacyjne

Progi procentowe	Nie stosuje się jako podstawowego sposobu oceniania, ponieważ nie przewiduje się sprawdzianów, klasówek ani kartkówek.
Wagi ocen	Zgodnie ze Statutem IV LO / zasadami przyjętymi w dzienniku elektronicznym; ocena klasyfikacyjna uwzględnia całokształt osiągnięć.
Poprawianie ocen bieżących	Zgodnie ze Statutem IV LO; sposób poprawy jest dostosowany do rodzaju ocenianej aktywności.
Ocena wyższa niż przewidywana	Warunki i tryb zgodne ze Statutem IV LO.
Informowanie uczniów i rodziców	Wymagania przedstawiane są uczniom na początku roku szkolnego; informacje o ocenach przekazywane są poprzez dziennik elektroniczny i w formach przyjętych w szkole.