

WYMAGANIA EDUKACYJNE
DLA PRZEDMIOTU „EDUKACJA ZDROWOTNA”
W KLASIE I DWUJĘZYCZNEJ
I LICEUM OGÓLNOKSZTAŁCĄCE COLLEGIUM GOSTOMIANUM
W SANDOMIERZU

Głównym celem podstawy programowej w zakresie przedmiotu edukacja zdrowotna jest kształtowanie kompetencji uczniów w zakresie całonocnej dbałości o zdrowie oraz budowanie potencjału zdrowotnego własnego i otoczenia w zgodzie z aktualnymi wyzwaniami epidemicznymi oraz sytuacją geopolityczną.

Wymagania podstawy programowej w zakresie przedmiotu edukacja zdrowotna obejmują rozumienie powiązań między różnymi aspektami zdrowia i czynnikami na nie wpływającymi, zainteresowanie zdrowiem własnym i otoczenia oraz zaangażowanie w zdrowy styl życia.

Wymagania edukacyjne:

W zakresie zdrowia fizycznego:

- 1.Uczeń rozwija umiejętności dbałości o sprawność fizyczną i prawidłową postawę ciała.
- 2.Uczeń jest świadomy znaczenia aktywności ruchowej dla zdrowia oraz profilaktyki chorób cywilizacyjnych.
- 3.Uczeń zna zasady zdrowego odżywiania i higieny osobistej.

W zakresie zdrowia psychicznego:

- 1.Uczeń rozwija umiejętności radzenia sobie ze stresem i emocjami.
- 2.Zna sposoby wzmacniania poczucia własnej wartości oraz umiejętności konstruktywnego rozwiązywania problemów.
- 3.Potrafi wyjaśnić znaczenie odpoczynku, snu i balansu między nauką a życiem prywatnym.
- 4.Zna i umie zastosować techniki relaksacyjne w walce ze stresem.

W zakresie zdrowia społecznego:

- 1.Potrafi rozwijać umiejętności komunikacji i współpracy w grupie.
- 2.Kształtuje postaw tolerancji i szacunku wobec innych.
- 3.Potrafi określić świadomość roli wsparcia społecznego i relacji międzyludzkich dla zdrowia.

W zakresie zdrowia seksualnego:

- 1.Rozumie funkcje układów i narządów ludzkiego organizmu oraz zasady ich prawidłowego funkcjonowania.
- 2.Jest świadomy znaczenia odpowiedzialnych zachowań w kontekście relacji międzyludzkich.
- 3.Zna mechanizmy profilaktyki chorób.

W zakresie zdrowia środowiskowego:

1. Rozwija świadomość ekologiczną i kształtuje proekologiczne postawy.
2. Jest świadomy wpływu zanieczyszczeń środowiska na zdrowie człowieka.
3. Promuje działania na rzecz ochrony środowiska w codziennym życiu.

W zakresie profilaktyki uzależnień i bezpieczeństwa:

1. Kształtuje umiejętności odpowiedzialnego korzystania z technologii cyfrowych. Zna oraz stosuje „detox” cyfrowy.
2. Jest świadomy zagrożeń wynikających z uzależnień od substancji psychoaktywnych, nikotyny, alkoholu i innych środków oraz zna metody ich zapobiegania.
3. Zdobywa wiedzę i umiejętności związane z pierwszą pomocą oraz bezpieczeństwem podczas aktywności fizycznej.

W zakresie systemu ochrony zdrowia:

1. Posiada wiedzę na temat funkcjonowania systemu ochrony zdrowia.
2. Jest świadomy znaczenia profilaktyki i dbania o własne zdrowie.
3. Wykazuje gotowość do podejmowania działań na rzecz poprawy jakości życia i zdrowia.
4. Potrafi ocenić skuteczność własnych działań prozdrowotnych.

W związku z tym, iż zajęcia prowadzone są w klasie dwujęzycznej uczeń zna wiarygodne zbiory materiałów edukacyjnych i źródła informacji w języku angielskim, swoją wiedzę potrafi wyrazić zarówno w języku polskim jak i angielskim oraz potrafi prowadzić dyskusję w języku angielskim korzystając z odpowiedniego słownictwa i zwrotów związanych z edukacją zdrowotną.