**Plan wynikowy z wymaganiami edukacyjnymi przedmiotu edukacja dla bezpieczeństwa**

**dla klasy I szkoły ponadpodstawowej (liceum i technikum)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Temat**  **(rozumiany**  **jako lekcja)** | | **Wymagania na ocenę dopuszczającą** | **Wymagania**  **na ocenę**  **dostateczną** | **Wymagania**  **na ocenę**  **dobrą** | **Wymagania**  **na ocenę**  **bardzo dobrą** | **Wymagania**  **na ocenę**  **celującą** | |
|  | | | | | | | |
| 1. Lekcja organizacyjna | | Uczeń:  ‒ zna zasady pracy na zajęciach  oraz kryteria oceniania (PZO). | Uczeń:  ‒ zna zasady pracy na zajęciach oraz kryteria oceniania (PZO). | Uczeń:  ‒ zna zasady pracy na zajęciach oraz kryteria oceniania (PZO). | Uczeń:  ‒ zna zasady pracy na zajęciach oraz kryteria oceniania (PZO). | | Uczeń:  ‒ zna zasady pracy na zajęciach oraz kryteria oceniania (PZO). |
| **Dział 1. Bezpieczeństwo państwa** | | | | | | | |
| 1.1. **Polityczne i militarne warunki bezpieczeństwa państwa** | Uczeń:  ‒ wymienia rodzaje bezpieczeństwa,  ‒ wskazuje i omawia poszczególne ogniwa systemu obronności RP,  ‒ wskazuje czynniki zagrażające bezpieczeństwu państwa,  ‒ rozróżnia zagrożenia czasu pokoju i czasu wojny. | | Uczeń:  ‒ rozumie pojęcia: *polityczne i militarne warunki bezpieczeństwa*,  ‒ wymienia i uzasadnia geopolityczne, militarne i gospodarcze aspekty bezpieczeństwa państwa,  ‒ zna i wymienia zadania parlamentu, prezydenta, rady ministrów w dziedzinie obronności,  ‒ rozumie istotę oraz zna elementy składowe systemu bezpieczeństwa, jego poszczególne instytucje, charakter związków między nimi. | Uczeń:  ‒ rozumie istotę problemu bezpieczeństwa,  ‒ zna i charakteryzuje podstawowe pojęcia związane z bezpieczeństwem państwa,  ‒ wymienia strategiczne cele bezpieczeństwa politycznego państwa. | Uczeń:  ‒ wskazuje i omawia poszczególne ogniwa systemu obronności Rzeczypospolitej Polskiej,  ‒ identyfikuje wyzwania dla bezpieczeństwa indywidualnego i zbiorowego, kategoryzuje je, przypisuje właściwe znaczenie w kontekście bezpieczeństwa. | Uczeń:  ‒ wymienia zdania poszczególnych ogniw wchodzących w skład podsystemu pozamilitarnego,  ‒ potrafi omówić sytuację geopolityczną Polski po 1989 r.,  ‒ przygotowuje prezentację przedstawiającą zmiany granic Polski w okresie od XVII do XX wieku. | |
| 1.2. **Zarządzanie kryzysowe** | Uczeń:  ‒ rozróżnia zagrożenia czasu pokoju,  ‒ zna przykłady zarządzeń, jakie mogą wydać władze w związku z kryzysem. | | Uczeń:  ‒ orientuje się w podstawowych zasadach zarządzania kryzysowego i rozumie jego istotę,  ‒ wyjaśnia znaczenie pojęcia *siatka bezpieczeństwa* i *infrastruktura krytyczna*. | Uczeń:  ‒ dokonuje analizy i omówienia wybranych zjawisk społecznych (stany nadzwyczajne: stan wojenny, stan wyjątkowy, stan klęski żywiołowej). | Uczeń:  ‒ wymień etapy zarządzania kryzysowego,  ‒ omawia system zarządzania kryzysowego na poszczególnych szczeblach administracyjnych. | Uczeń:  ‒ przygotowuje informacje dotyczące stanów nadzwyczajnych ogłoszonych w Polsce w XX wieku. | |
| **1.3. Siły Zbrojne RP. Formacje służb mundurowych** | Uczeń:  ‒ potrafi wyjaśnić, czym są Siły Zbrojne i jakie są ich zadania. | | Uczeń:  ‒ omawia zadania Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej,  ‒ wie, kto kieruje Siłami Zbrojnymi w czasie pokoju i w czasie wojny. | Uczeń:  ‒ omawia zadania, struktury oraz przykładowe uzbrojenie i wyposażenie Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej,  ‒ zna i wymienia nazwy formacji służb mundurowych (w tym obrony terytorialnej) zapewniających bezpieczeństwo państwa oraz wyjaśnia zadania tych służb. | Uczeń:  ‒ zna i określa zakres działania wybranych stowarzyszeń i organizacji, takich jak: Liga Obrony Kraju, Polski Czerwony Krzyż, Związek Strzelecki „Strzelec”,  ‒ omawia podział i zadania jednostek wchodzących w skład Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej. | Uczeń:  ‒ przygotowuje prezentację dotyczącą uzbrojenia i wyposażenia wszystkich rodzajów Sił Zbrojnych RP,  ‒ zdobywa z różnych źródeł informacje na temat misji pokojowych, w których biorą udział SZ RP. | |
| **1.4. Powinności obronne obywateli** | Uczeń:  ‒ wymienia powinności obronne obywateli,  ‒ wymienia konstytucyjne obowiązki obywatela. | | Uczeń:  ‒ wie, w jakich sytuacjach obywatel może być powołany do Sił Zbrojnych RP,  ‒ rozumie pojęcia: *świadczenie osobiste i świadczenie rzeczowe*,  ‒ omawia obowiązki obywatela wobec ojczyzny,  ‒ wyjaśnia, czym jest powszechny obowiązek obrony. | Uczeń:  ‒ wskazuje i omawia obowiązki wynikające z przydziałów mobilizacyjnych,  ‒ wymienia i omawia powinności obronne obywateli RP,  ‒ wymienia i omawia formy powszechnego obowiązku obrony,  ‒ zna pojęcia: *żołnierz rezerwy, ryczałt*. | Uczeń:  ‒ wymienia i omawia zadania obronne, które można realizować w czasie pokoju,  ‒ uzasadnia konieczność uczestnictwa w ćwiczeniach samoobrony na wypadek działań wojennych. | Uczeń:  ‒ zna zakres działania wojskowych komend ubezpieczeń,  ‒ lokalizuje w swoim miejscu zamieszkania wojskowe komendy ubezpieczeń,  ‒ zna kategorie zdolności do czynnej służby wojskowej. | |
| **Dział 2. Ochrona ludności i obrona cywilna** | | | | | | | |
| **2.1.** **Międzynarodowe prawo humanitarne** | | Uczeń:  **‒** wyjaśnia podstawowe zasady międzynarodowego prawa humanitarnego. | Uczeń:  ‒ wie, czym jest umowa międzynarodowa,  ‒ wymienia zadania Międzynarodowego Komitetu Czerwonego Krzyża,  ‒ wymienia zadania konwencji genewskiej. | Uczeń:  ‒ wie, kim był Henry Dunant,  ‒ omawia założenia konwencji genewskiej,  ‒ wymienia najważniejsze dokumenty międzynarodowego prawa humanitarnego,  ‒ omawia postanowienia konwencji haskiej z 1954 r. | Uczeń:  ‒ uzasadnia konieczność utworzenia międzynarodowego prawa humanitarnego,  ‒ omawia najważniejsze dokumenty międzynarodowego prawa humanitarnego,  ‒ wie, kim jest kombatant zgodnie z MPH. | | Uczeń:  ‒ zapoznaje się z wybranym przez siebie tekstem MPH i go prezentuje,  ‒ odnajduje w swojej okolicy budynki oznaczone symbolami ochrony ogólnej lub specjalnej,  ‒ omawia zbrodnie ludobójstwa XX w. |
| 2.2. **Ochrona ludności** | | Uczeń:  ‒ wie, czym jest System PRM oraz KSRG,  ‒ wymienia zadania Państwowej Straży Pożarnej. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia rolę i zasady funkcjonowania KSRG, Państwowej Straży Pożarnej oraz Państwowego Ratownictwa Medycznego. | Uczeń:  ‒ wymienia i charakteryzuje ochotnicze służby oraz podmioty ratownicze, takie jak: OSP, GOPR, TOPR, WOPR. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia, w jakim celu został powołany system PRM,  ‒ omawia, w jakich sytuacjach korzystamy z pomocy LPR. | | Uczeń:  ‒ przygotowuje materiały dotyczące historii OSP, TOPR, GOPR, WOPR. |
| **2.3. Obrona cywilna. Alarmowanie i informowanie ludności** | | Uczeń:  ‒ przedstawia zadania obrony cywilnej,  ‒ wie, jak zachować się w sytuacji zagrożenia,  ‒ rozpoznaje sygnały alarmowe,  ‒ wie, jakie urządzenia wykorzystuje się do ogłaszania i odwoływania alarmów,  ‒ wyjaśnia zasady właściwego zachowania się w sytuacji uruchomienia sygnałów alarmowych. | Uczeń:  ‒ wymienia podstawowe dokumenty ONZ regulujące funkcjonowanie obrony cywilnej w świecie,  ‒ zna rodzaje alarmów i komunikatów ostrzegawczych,  ‒ omawia zadania obrony cywilnej,  ‒ omawia sposoby ogłaszania i odwoływania alarmów. | Uczeń:  ‒ omawia podstawy prawne funkcjonowania ochrony ludności i obrony cywilnej w Rzeczypospolitej Polskiej,  ‒ omawia zasady postępowania po ogłoszeniu alarmu,  ‒ przedstawia procedury postępowania po ogłoszeniu zagrożeń. | Uczeń:  ‒ omawia cele ostrzegania ludności przed zagrożeniami,  ‒ ustala liczbę i lokalizację syren alarmowych w swojej miejscowości lub jej pobliżu,  ‒ wie, że sprawne działanie systemu alarmowania informowania przeciwdziała panice. | | Uczeń:  ‒ przygotowuje prezentację multimedialną przedstawiającą system ostrzegania przed zagrożeniami. |
| **2.4. Ewakuacja ludności, środków materiałowych oraz zwierząt** | | Uczeń:  ‒ potrafi odpowiednio zachować się w czasie ewakuacji,  ‒ zna pojęcie *samoewakuacja*,  ‒ wie, w jaki sposób przygotować się do ewakuacji,  ‒ zna drogi ewakuacyjne w szkole,  ‒ wskazuje drogi ewakuacji w szkole. | Uczeń:  ‒ wymienia rodzaje ewakuacji,  ‒ zna i omawia zasady zachowania się ludności po ogłoszeniu ewakuacji,  ‒ potrafi zaplanować samoewakuację,  ‒ wie, jakie są cele ewakuacji mienia,  ‒ omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia, na czym, polega ewakuacja I, II i III stopnia,  ‒ opracowuje listę rzeczy, które należy zabrać w przypadku ewakuacji,  ‒ omawia czynności, które należy wykonać po ogłoszeniu ewakuacji,  ‒ wyjaśnia, w jakiej sytuacji dokonuje się ewakuacji mienia,  ‒ wyznacza strefę bezpieczeństwa w sytuacji zagrożenia,  ‒ zna zasady ewakuacji z budynku szkoły. | Uczeń:  ‒ omawia zadania władz lokalnych oraz odpowiednich służb podczas ewakuacji,  ‒ potrafi ewakuować się w trybie nagłym,  ‒ wyjaśnia zasady zaopatrzenia ewakuowanej ludności w żywność i wodę,  ‒ uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice,  ‒ omawia rolę różnych służb i innych podmiotów, uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do ich zaleceń. | | Uczeń:  ‒ przygotowuje plan ewakuacji budynku szkoły. |
| **Dział 3.** **Zagrożenia czasu pokoju. Działania ratownicze w sytuacjach zagrożeń** | | | | | | | |
| 3.1. **Pożary** | | Uczeń:  ‒ zna źródła powstawania pożarów,  ‒ wie, jak zachować się podczas pożaru,  ‒ zna numery alarmowe do poszczególnych służb ratunkowych,  ‒ uzasadnia znaczenie przeciwdziałania panice i podporządkowania się poleceniom służb ratowniczych. | Uczeń:  ‒ charakteryzuje zagrożenia pożarowe w domu, w szkole i w najbliższej okolicy,  ‒ potrafi właściwie powiadomić służby ratunkowe o pożarze,  ‒ wyjaśnia, jak gasić płonącą odzież na człowieku oraz olej na patelni. | Uczeń:  ‒ wymienia elementy trójkąta spalania,  ‒ zna i omawia wybrane znaki przeciwpożarowe,  ‒ wymienia rodzaje i zasady użycia podręcznego sprzętu gaśniczego,  ‒ potrafi dobrać odpowiedni rodzaj środka gaśniczego w zależności od rodzaju  pożaru, | Uczeń:  ‒ wymienia sposoby zapobiegania pożarom,  ‒ omawia zasady właściwego reagowania podczas pożaru,  ‒ opisuje sposób obsługi gaśnic i hydrantu wewnętrznego,  ‒ wymienia podręczny sprzęt gaśniczy,  ‒ potrafi wyjaśnić, w jaki sposób powinna przebiegać ewakuacja z budynku szkoły na wypadek pożaru. | Uczeń:  ‒ przygotowuje pełną listę służb i instytucji w okolicy, do których można zwrócić się o pomoc w sytuacji zagrożenia,  ‒ omawia sposoby przeciwdziałania panice. | |
| 3.2. **Wypadki komunikacyjne** | | Uczeń:  ‒ wymienia najczęstsze przyczyny wypadków komunikacyjnych,  ‒ zna sposób zabezpieczenia miejsca zdarzenia,  ‒ opisuje obowiązki pieszego i kierowcy w zakresie zachowania się na drodze w momencie przejazdu karetki pogotowia lub innego pojazdu z włączonymi sygnałami uprzywilejowania. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia różnicę pomiędzy kolizją a wypadkiem,  ‒ wie, w jaki sposób zapewnić bezpieczeństwo ratownikowi, poszkodowanym i świadkom zdarzenia. | Uczeń:  ‒ potrafi omówić sytuacje wymagające ewakuacji z pojazdu,  ‒ potrafi zademonstrować technikę ewakuacji z pojazdu,  ‒ potrafi zapewnić bezpieczeństwo ratownikowi, poszkodowanym i świadkom zdarzenia. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia znaczenie tunelu ratowniczego,  ‒ zna odległości, w jakich należy umieścić trójkąt ostrzegawczy w zależności od obszaru, na jakim się znajduje,  ‒ wymienia sytuacje, w których dochodzi do uszkodzenia kręgosłupa. | Uczeń:  ‒ przygotowuje zestawienie wypadków i kolizji mających miejsce w poprzednim roku w jego miejscowości lub województwie. | |
| 3.3. **Zagrożenia związane ze zjawiskami atmosferycznymi** | | Uczeń:  ‒ wymienia źródła zagrożeń w najbliższym otoczeniu,  ‒ wie, jak należy chronić się przed działaniem niskiej i wysokiej temperatury,  ‒ wie, jak zachować się czasie burzy, śnieżycy, wichur i powodzi,  ‒ wie, jak należy chronić się przed działaniem niskiej i wysokiej temperatury,  ‒ zna zasady postępowania w czasie śnieżycy i mrozu. | Uczeń:  ‒ wie, jakie zagrożenia związane ze zjawiskami pogodowymi występują na terenie naszego kraju,  ‒ wie, dlaczego należy sprawdzać prognozę pogody,  ‒ zna procedury postępowania w czasie burzy i wichury,  ‒ zna procedury postępowania w czasie zagrożenia powodziowego i powodzi,  ‒ wie, jak należy zachować się w górach przed wyjściem na szlak. | Uczeń:  ‒ potrafi udzielić pomocy osobie, która uległa wyziębieniu,  ‒ wymienia i charakteryzuje źródła zagrożeń w najbliższym otoczeniu,  ‒ przedstawia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas powodzi lub innych klęsk żywiołowych,  ‒ potrafi prawidłowo zachować się w przypadku zejścia lawiny. | Uczeń:  ‒ podaje przykłady zagrożeń, które wystąpiły w Polsce w ostatnich latach,  ‒ wie, gdzie w jego województwie znajdują się zapory wodne, ocenia ryzyko powodzi na wypadek ich przerwania. | Uczeń:  ‒ samodzielnie opracowuje mapę zagrożenia powodziowego dla wybranego województwa,  ‒ przygotowuje prezentację przedstawiającą procedury postępowania w czasie zagrożeń naturalnych. | |
| 3.4. **Zagrożenia techniczne** | | Uczeń:  ‒ wymienia przykłady zagrożeń technicznych,  ‒ wie, jak postępować w sytuacji wystąpienia katastrofy technicznej,  ‒ uzasadnia konieczność przestrzegania bezpieczeństwa własnego i innych ludzi podczas różnorodnych zagrożeń. | Uczeń:  ‒ omawia procedury postępowania w przypadku katastrofy budowlanej i komunikacyjnej,  ‒ przedstawia zasady działania w sytuacji wycieku gazu z instalacji w budynku mieszkalnym. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia, jak należy się zachować w sytuacji odnalezienia niewypału lub niewybuchu,  ‒ przedstawia zasady przestrzegania bezpieczeństwa na miejscu zdarzenia. | Uczeń:  ‒ omawia przyczyny powstawania zagrożeń technicznych,  ‒ wymienia i charakteryzuje źródła zagrożeń w swoim najbliższym otoczeniu,  ‒ wyjaśnia, na czym polega właściwe postępowanie w momentach wystąpienia poszczególnych zagrożeń. | Uczeń:  ‒ przygotowuje miniporadnik dotyczący postępowania w sytuacji różnorodnych zagrożeń. | |
| 3.5. **Zagrożenia chemiczne i radiacyjne** | | Uczeń:  ‒ wymienia zastępcze środki ochrony skóry i dróg oddechowych przed środkami chemicznymi,  ‒ wie, jakie materiały można wykorzystywać, jako zastępcze środki ochrony dróg oddechowych i skóry, ‒ przedstawia najczęstsze przyczyny uwolnienia niebezpiecznych środków chemicznych (NSCh). | Uczeń:  ‒ przedstawia zasady postępowania w sytuacji prawdopodobieństwa przeniknięcia niebezpiecznych środków chemicznych do budynku mieszkalnego,  ‒ wyjaśnia zasady postępowania w przypadku awarii instalacji chemicznej, środka transportu z materiałami niebezpiecznymi lub rozszczelnienia zbiorników z substancjami toksycznymi. | Uczeń:  ‒ opisuje kolejność działań w sytuacji wypadku pojazdu z udziałem niebezpiecznych substancji chemicznych (NSCh) i TŚP,  ‒ zna tablice oznaczające materiały niebezpieczne w transporcie,  ‒ wyjaśnia znaczenie pojęć:   * odkażanie, * dezaktywacja, * dezynfekcja, * deratyzacja,   ‒ wyjaśnia, na czym polegają zabiegi specjalne i sanitarne,  ‒ wymienia sposoby zabezpieczenia żywności i wody przed skażeniami. | Uczeń:  ‒ wymienia rodzaje oznaczeń substancji toksycznych i miejsca ich eksponowania,  ‒ rozpoznaje oznaczenia substancji toksycznych na pojazdach i budowlach,  ‒ uzasadnia konieczność przestrzegania bezpieczeństwa własnego i innych ludzi podczas różnorodnych zagrożeń,  ‒ omawia wpływ środków promieniotwórczych na ludzi, zwierzęta, żywność i wodę. | Uczeń:  ‒ przygotowuje informacje dotyczące dróg przejazdu pojazdów przewożących materiały niebezpieczne w swoim województwie. | |
| 3.6. **Zagrożenie terroryzmem. Cyberprzemoc** | | Uczeń:  ‒ wie, jak postępować w przypadku podłożenia bomby oraz samochodu pułapki,  ‒ wie, po czym można rozpoznać samochód pułapkę,  ‒ zna pojęcie *żywa bomba*,  ‒ wie, jak postępować z osobą niebezpieczną,  ‒ wie, jak zachować się po zamachu bombowym. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia, jak rozumie pojęcie *terroryzm*, ‒ wymienia i omawia środki i metody ataków terrorystycznych,  ‒ potrafi właściwie ocenić sytuację zagrożenia,  ‒ wskazuje niewłaściwe zachowania dotyczące cyberprzemocy i wie, jaka powinna być na nie właściwa reakcja. | Uczeń:  ‒ charakteryzuje motywy ataków terrorystycznych,  ‒ wskazuje informacje, jakie należy podać przy zgłaszaniu na policję podejrzenia o podłożeniu ładunku wybuchowego, ‒ wymienia podstawowe procedury postępowania w czasie zagrożenia bombowego,  ‒ wyjaśnia znaczenie cyberprzemocy i zna procedury postępowania w przypadku jej wystąpienia. | Uczeń:  ‒ omawia, co może być potencjalną oznaką zagrożenia terrorystycznego,  ‒ wymienia przykłady skutków użycia środków biologicznych, chemicznych i wybuchowych,  ‒ wskazuje sposoby przeciwdziałania panice. | Uczeń:  ‒ omawia przyczyny i skutki najbardziej spektakularnych zamachów terrorystycznych, które miały miejsce w XX i XXI w. | |
|  | | | | | | | |
| **Dział 4. Pierwsza pomoc** | | | | | | | |
| 4.1. **Pierwsza pomoc. Triada życia** | | Uczeń:  ‒ rozumie znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy przez świadka zdarzenia oraz przedstawia jego rolę,  ‒ wymienia działania wchodzące w zakres pierwszej pomocy,  ‒ zna ogniwa łańcucha przeżycia,  ‒ wymienia numery telefonów alarmowych,  ‒ zna pojęcie *stan zagrożenia życia*. | Uczeń:  ‒ przedstawia schemat wzywania pomocy,  ‒ rozumie znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy przez świadka zdarzenia oraz przedstawia jego rolę,  ‒ wyjaśnia podstawowe zasady postępowania ratownika na miejscu zdarzenia,  ‒ omawia poszczególne ogniwa łańcucha przeżycia,  ‒ omawia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych. | Uczeń:  ‒ podaje definicję pierwszej pomocy,  wymienia cele i zadania pierwszej pomocy,  ‒ przedstawia zasady zapewnienia bezpieczeństwa ratownikowi, poszkodowanym i świadkom zdarzenia,  ‒ wymienia potencjalne zagrożenia dla ratownika,  ‒ wykazuje się znajomością schematu prowadzenia rozmowy z dyspozytorem służb ratunkowych,  ‒ wymienia stany zagrożenia życia,  ‒ wyjaśnia, dlaczego po zatrzymaniu krążenia, ważne jest natychmiastowe podjęcie czynności ratunkowych. | Uczeń:  ‒ uzasadnia konieczność udzielania pierwszej pomocy,  ‒ potrafi dokonać oceny miejsca zdarzenia oraz je zabezpieczyć,  ‒ demonstruje sposób udrożnienia dróg oddechowych i potrafi wyjaśnić znaczenie tej czynności,  ‒ omawia schemat ABC. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia konsekwencje nieudzielenia pierwszej pomocy,  ‒ przedstawia anatomię i fizjologię układu nerwowego. | |
| 4.2. **Poszkodowany nieprzytomny. Zadławienia** | | Uczeń:  ‒ wymienia objawy utraty przytomności,  ‒ potrafi dokonać wstępnej oceny poszkodowanego,  ‒ dokonuje oceny funkcji życiowych,  ‒ zna schemat postępowania z poszkodowanym nieprzytomnym,  ‒ zna mechanizm zadławienia,  ‒ omawia schemat postępowania w przypadku zadławienia. | Uczeń:  ‒ zna konsekwencje utraty przytomności,  ‒ wie, dlaczego nieprzytomnemu poszkodowanemu należy udrożnić drogi oddechowe,  ‒ potrafi udzielić pomocy osobie nieprzytomnej,  ‒ potrafi ułożyć poszkodowanego w pozycji bezpiecznej,  ‒ wyjaśnia pojęcie i mechanizm zadławienia,  ‒ omawia schemat postępowania w przypadku zadławienia. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej,  ‒ wie, w jaki sposób zapewnić osobie nieprzytomnej komfort termiczny,  ‒ potrafi wykonać rękoczyny ratunkowe w przypadku zadławienia u dorosłych i niemowląt. | Uczeń:  ‒ wie, w jaki sposób należy zapobiegać skutkom utraty przytomności,  ‒ omawia i przedstawia odmienność ułożenia w pozycji bezpiecznej kobiety ciężarnej,  ‒ wymienia przykłady działań zapobiegających zadławieniu u małych dzieci. | Uczeń:  ‒ przygotowuje informacje na temat zadań i działania SOR oraz CPR. | |
| 4.3. **Nagłe zatrzymanie krążenia u osoby dorosłej. Zastosowanie AED** | | Uczeń:  ‒ potrafi rozpoznać poszkodowanego, u którego doszło do nagłego zatrzymania krążenia (NZK),  ‒ umie wykonać zgodnie z algorytmem resuscytację krążeniowo- oddechową u osoby dorosłej,  ‒ opisuje zastosowanie automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED) oraz wskazuje na jego znaczenie dla zwiększenia skuteczności akcji resuscytacyjnej,  ‒ potrafi bezpiecznie obsłużyć AED,  ‒ zna zasady bezpieczeństwa przy zastosowaniu AED. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia, dlaczego ważne jest jak najszybsze podjęcie resuscytacji,  ‒ prawidłowo wykonuje resuscytację krążeniowo-oddechową,  ‒ omawia algorytm postępowania w nagłym zatrzymaniu krążenia.  ‒ potrafi wykonać resuscytację krążeniowo-oddechową z wykorzystaniem AED,  ‒ zna zasady bezpieczeństwa przy zastosowaniu AED. | Uczeń:  ‒ analizuje schemat udzielania pomocy poszkodowanemu nieprzytomnemu pozbawionemu czynności życiowych,  ‒ wyjaśnia pojęcie *nagłe zatrzymanie krążenia* (NZK), wymienia jego oznaki,  ‒ potrafi rozpoznać nagłe zatrzymanie krążenia,  ‒ prawidłowo wykonuje resuscytację krążeniowo-oddechową,  ‒ potrafi wykonać resuscytację krążeniowo-oddechową z wykorzystaniem AED,  ‒ omawia zasady bezpieczeństwa przy zastosowaniu AED,  ‒ wyjaśnia, na czym polega migotanie komór. | Uczeń:  ‒ prawidłowo wykonuje resuscytację krążeniowo-oddechową samodzielnie i we współpracy z drugą osobą,  ‒ wyjaśnia różnicę między resuscytacją a reanimacją,  ‒ wymienia objawy powrotu krążenia u poszkodowanego,  ‒ prawidłowo wykonuje resuscytację krążeniowo-oddechową samodzielnie i we współpracy z drugą osobą, z wykorzystaniem AED.  ‒ wymienia dodatkowe wyposażenie AED,  ‒ wyjaśnia, czym jest program PAD. | Uczeń:  ‒ przygotowuje plakat zachęcający do nauki resuscytacji krążeniowo-oddechowej i obsługi AED. | |
| 4.4. **Urazy. Apteczka pierwszej pomocy** | | Uczeń:  ‒ wymienia objawy związane z najczęstszymi obrażeniami narządu ruchu,  ‒ potrafi rozpoznać: złamanie, skręcenie zwichnięcie,  ‒ wymienia przyczyny powstawania tych urazów,  ‒ zna zasady udzielania pierwszej pomocy przy urazach kostno-stawowych,  ‒ wykonuje opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny oraz opatrunek uciskowy,  ‒ zna wyposażenie apteczki pierwszej pomocy. | Uczeń:  ‒ zna zasady udzielania pierwszej pomocy przy urazach kostnych,  ‒ wie, które urazy stanowią największe zagrożenia dla życia i zdrowia,  ‒ wymienia rodzaje złamań,  ‒ potrafi udzielić pierwszej pomocy osobom ze złamaniami kończyn,  ‒ wymienia sytuacje, w których może dojść do urazów kręgosłupa,  ‒ wymienia przedmioty, które powinny znaleźć się w apteczce domowej, samochodowej. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia, w jakich okolicznościach dochodzi najczęściej do urazów kostno-stawowych,  ‒ stosuje zasady unieruchamiania doraźnego kości i stawów,  ‒ zna sposoby, złagodzenia bólu u poszkodowanego ze złamaniem,  ‒ opisuje przykłady powikłań wynikających z urazu kręgosłupa,  ‒ omawia zastosowanie zaopatrzenia apteczki. | Uczeń:  ‒ wie, które urazy stanowią największe zagrożenia dla życia i zdrowia,  ‒ wyjaśnia regułę Potta i zasady unieruchomienia anatomicznego,  ‒ wymienia przykłady zapobiegania urazom,  ‒ przedstawia metody przenoszenia poszkodowanych z urazem kręgosłupa,  ‒ uzasadnia, dlaczego wyposażenie apteczki może ulegać modyfikacjom. | Uczeń:  ‒ przygotowuje informacje, w których państwach niezbędnym wyposażeniem pojazdu jest apteczka samochodowa. | |
| 4**.5. Oparzenia. Postępowanie przeciwwstrząsowe** | | Uczeń:  ‒ wymienia najczęstsze przyczyny oparzeń,  ‒ zna stopnie oparzeń,  ‒ potrafi postępować przy oparzeniach termicznych. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia pojęcie *oparzenie*,  ‒ omawia zasady postępowania w przypadku oparzenia termicznego,  ‒ demonstruje metodę chłodzenia w przypadku oparzenia kończyny,  ‒ zna najważniejsze przyczyny wstrząsu, wymienia zagrożenia z niego wynikające. | Uczeń:  ‒ omawia oparzenia I, II i III stopnia,  ‒ udziela pierwszej pomocy przy obrażeniach termicznych,  ‒ omawia, czego nie należy wykonywać przy oparzeniach,  ‒ omawia regułę dziewiątek i dłoni stosowaną do oceny rozległości oparzeń,  ‒ wymienia objawy wstrząsu. | Uczeń:  ‒ wymienia przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci,  ‒ wymienia objawy oparzeń dróg oddechowych,  ‒ omawia zasady postępowania przy oparzeniach chemicznych, elektrycznych,  ‒ stosuje zasady postępowania przeciwwstrząsowego. | Uczeń:  ‒ przygotowuje informacje o opatrunkach hydrożelowych. | |
| 4.6. **Zatrucia** | | Uczeń:  ‒ omawia przyczyny zatruć,  ‒ wie, w jaki sposób zapobiegać zatruciom,  ‒ opisuje objawy zatruć: gazami toksycznymi, środkami odurzającymi, tlenkiem węgla. | Uczeń:  **‒** omawia postępowanie ratownicze w przypadku zatrucia tlenkiem węgla (czadem), lekami lub środkami odurzającymi. | Uczeń:  ‒ opisuje zasady bezpieczeństwa w pomieszczeniach skażonych tlenkiem  węgla, gazami toksycznymi,  ‒ wie, jak postępować wobec osoby, która uległa zatruciu. | Uczeń:  ‒ zna drogi przenikania trucizn do organizmu,  ‒ omawia objawy zatruć pokarmowych oraz sposób udzielania pierwszej pomocy,  ‒ wyjaśnia, dlaczego CO jest nazywany cichym zabójcą. | Uczeń:  ‒ przygotuje plakat dotyczący zatruć pokarmowych. | |
| 4.7. **Utonięcia. Wypadki nad wodą** | | Uczeń:  ‒ opisuje sytuacje, w jakich dochodzi do tonięcia,  ‒ wymienia zagrożenia związane z wodą. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia różnicę między podtopieniem a utonięciem,  ‒ odtwarza etapy pomocy w podtopieniach. | Uczeń:  ‒ omawia czynności pierwszej pomocy po wydobyciu  poszkodowanego z wody,  ‒ wyjaśnia, dlaczego osoba, która tonęła, zagrożona jest hipotermią. | Uczeń:  ‒ omawia skutki tonięcia w słodkiej i słonej wodzie,  ‒ wyjaśnia, jak zapobiegać tonięciu i wypadkom nad zbiornikami wodnymi. | Uczeń:  ‒ omawia etapy tonięcia,  ‒ przedstawia postępowanie w sytuacji załamania tafli lodu. | |
| **Dział 5. Zdrowie i jego zagrożenia. Edukacja zdrowotna** | | | | | | | |
| 5.1. **Choroby cywilizacyjne** | | Uczeń:  ‒ zna i wymienia najczęściej występujące choroby cywilizacyjne. | Uczeń:  ‒ potrafi dokonać pomiaru ciśnienia tętniczego,  ‒ zna czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych, takich jak: nadciśnienie tętnicze, cukrzyca, zaburzenia gospodarki lipidowej, otyłość. | Uczeń:  ‒ zna pojęcie wskaźnika masy ciała (BMI) i potrafi określić, do czego służy,  ‒ zna tendencje związane z otyłością wśród dzieci,  ‒ potrafi ocenić korzyści kontroli czynników ryzyka miażdżycy w populacji. | Uczeń:  ‒ wyjaśnia, czym są zaburzenia gospodarki lipidowej i jakie mogą powodować skutki,  ‒ definiuje pojęcie zespołu metabolicznego,  ‒ zna tendencje związane z otyłością wśród dzieci, młodzieży i dorosłych w Polsce,  ‒ potrafi zapobiegać chorobom cywilizacyjnym. | Uczeń:  ‒ wymienia powikłania cukrzycy,  ‒ zna normy stężenia lipidów we krwi. | |
| 5.2. **Zdrowie człowieka** | | Uczeń:  ‒ wyjaśnia termin *zdrowie*,  ‒ wymienia rodzaje zdrowia,  ‒ zna wpływ stresu na zdrowie,  ‒ zna zachowania, które sprzyjają zdrowiu. | Uczeń:  ‒ omawia zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym, a społecznym,  ‒ zna podstawowe sygnały i objawy problemów ze zdrowiem psychicznym (stres fizyczny i emocjonalny, zaburzenia odżywiania, depresja kliniczna). | Uczeń:  ‒ opisuje wpływ stresu na zdrowie,  ‒ definiuje pojęcia: *bulimia* i *anoreksja*, wyjaśnia następstwa tych chorób,  ‒ opisuje konstruktywne i niekonstruktywne sposoby radzenia sobie z emocjami, w tym negatywnymi,  ‒ wymienia zachowania, które zagrażają zdrowiu oraz wskazuje te, które szczególnie często występują wśród nastolatków,  ‒ dobiera i demonstruje umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne  dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa, zachowania asertywne, negocjowanie). | Uczeń:  ‒ określa, gdzie w okolicy swojego miejsca zamieszkania działają instytucje i organizacje świadczące leczenie, pomoc i wsparcie w przypadkach problemów zdrowia psychicznego, w szczególności świadczące usługi dla młodzieży. | Uczeń:  ‒ wymienia rzetelne źródła informacji o zdrowiu, chorobach, świadczeniach i usługach zdrowotnych. | |
| 5.3. **Zasady zdrowego życia** | | Uczeń:  ‒ wymienia zachowania, które sprzyjają zdrowiu (prozdrowotne) oraz zagrażają zdrowiu i wskazuje te, które szczególnie często występują wśród nastolatków,  ‒ wyjaśnia związki między aktywnością fizyczną, zwyczajami żywieniowymi i dobrostanem emocjonalnym. | Uczeń:  ‒ odróżnia czynniki środowiskowe i społeczne (korzystne i szkodliwe), na które człowiek ma wpływ, od takich, na które nie ma,  ‒ wyjaśnia zagadnienia związane z właściwą i racjonalną aktywnością fizyczną,  ‒ uzasadnia jej znaczenie dla zdrowia i rozwoju, w tym ochrony przed chorobami przewlekłymi. | Uczeń:  ‒ omawia krótkoterminowe i długoterminowe konsekwencje zachowań sprzyjających zdrowiu (prozdrowotnych) i zagrażających zdrowiu,  ‒ potrafi analizować wartość odżywczą produktów żywnościowych, np. na podstawie informacji o ich składzie umieszczanych przez producenta na opakowaniu,  ‒ potrafi ocenić intensywność wysiłku fizycznego (np. na podstawie pomiaru częstości akcji serca w czasie i po wysiłku). | Uczeń:  ‒ wyjaśnia zagadnienia związane z właściwym, racjonalnym odżywianiem,  ‒ uzasadnia jego znaczenie dla zdrowia i rozwoju, w tym ochrony przed chorobami przewlekłymi,  ‒ analizuje tendencje związane z brakiem aktywności fizycznej wśród dzieci, młodzieży i dorosłych w Polsce. | Uczeń:  ‒ przygotowuje ulotki dotyczące składu ulubionych produktów. | |
| 5.4. **Uzależnienia** | | Uczeń:  ‒ zna objawy różnych rodzajów uzależnień behawioralnych, w tym uzależnienie od komputera, internetu, hazardu. | Uczeń:  ‒ wie, jakie przekonania dotyczące spożycia alkoholu, palenia tytoniu, stosowania dopalaczy i narkotyków przez młodzież mogą mieć wpływ na podejmowanie ryzykownych zachowań,  ‒ wyjaśnia, w jaki sposób można unikać picia alkoholu, palenia tytoniu, brania dopalaczy i narkotyków. | ‒ zna wiarygodne źródła informacji na temat tendencji i skutków dotyczących spożycia alkoholu, palenia tytoniu, brania dopalaczy i narkotyków przez młodzież w Polsce,  ‒ zna zasady odpowiedniego stosowania leków (produktów leczniczych) i suplementów diety. | Uczeń:  ‒ ustala, co sam może zrobić, aby tworzyć warunki środowiskowe i społeczne, które są korzystne dla zdrowia,  ‒ wyjaśnia wpływ substancji psychoaktywnych na sprawność kierowcy,  ‒ zna przepisy prawa dotyczące używania substancji psychoaktywnych i prowadzenia pojazdów. | Uczeń:  ‒ przygotowuje dane dotyczące uzależnień dzieci i młodzieży (z ostatniego roku). | |
|  | |  |  |  |  |  | |