**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 rodzajupożaru, | 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 podłożeniuładunku 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 podjęcieczynności 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 tlenkiemwęgla, 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 wydobyciuposzkodowanego 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 istotnedla 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). |
|  |  |  |  |  |  |