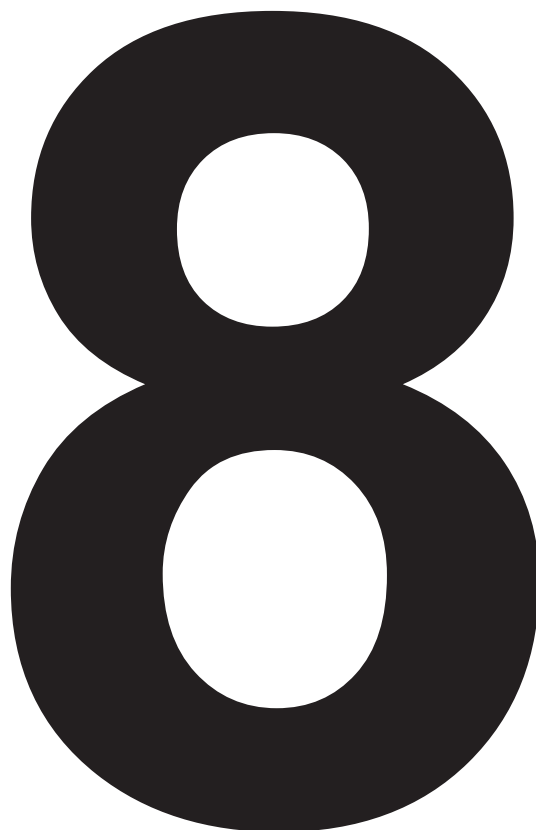


Beata Służalska

# Edukacja dla bezpieczeństwa

Plan wynikowy



Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
<b>Dział 1. Bezpieczeństwo państwa</b>					
1.1 Bezpieczeństwo Polski naszym dobrem najwyższym	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wie, czym jest bezpieczeństwo oraz bezpieczeństwo narodowe,</li> <li>– przedstawia różnorodne dziedziny życia, których dotyczy termin bezpieczeństwo,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia, czym jest bezpieczeństwo rozumiane jako stan i jako proces,</li> <li>– podaje przykłady działań podejmowanych na rzecz bezpieczeństwa,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– analizuje czynniki wpływające na bezpieczeństwo narodowe,</li> <li>– opisuje współczesne i historyczne rozumienie bezpieczeństwa,</li> <li>– wymienia elementy systemu bezpieczeństwa państwa,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– porównuje współczesne i historyczne działania na rzecz bezpieczeństwa narodowego,</li> <li>– wyjaśnia, z jakiego powodu dbałość o bezpieczeństwo nigdy się nie kończy,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– uzasadnia, dlaczego najistotniejsze dla każdego polskiego obywatela jest bezpieczeństwo Polski i dlaczego jest ono wartością najwyższą,</li> </ul>
1.2 Uwarunkowania bezpieczeństwa państwa	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wylicza fakty historyczne związane z bezpieczeństwem Polski,</li> <li>– wymienia czynniki wpływające na bezpieczeństwo Polski,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wylicza fakty historyczne związane z bezpieczeństwem Polski,</li> <li>– wymienia czynniki wpływające na bezpieczeństwo Polski,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia historyczne uwarunkowania bezpieczeństwa Polski,</li> <li>– opisuje czynniki wpływające na bezpieczeństwo Polski,</li> <li>– charakteryzuje przyczyny, które doprowadziły do upadku I Rzeczypospolitej,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– analizuje problem bezpieczeństwa w dziejach Polski,</li> <li>– porównuje różne sytuacje historyczne w związku z bezpieczeństwem Polski,</li> <li>– ocenia znaczenie dla bezpieczeństwa państwa polskiego przemian, jakie zaszły na świecie po 1989 r.,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– analizuje problem bezpieczeństwa w dziejach Polski,</li> <li>– porównuje różne sytuacje historyczne w związku z bezpieczeństwem Polski,</li> <li>– ocenia znaczenie dla bezpieczeństwa państwa polskiego przemian, jakie zaszły na świecie po 1989 r.,</li> </ul>
1.3 Podstawy bezpieczeństwa Rzeczypospolitej	<ul style="list-style-type: none"> <li>– przedstawia i charakteryzuje poszczególne rodzaje Sił Zbrojnych RP,</li> <li>– wymienia międzynarodowe struktury militarne, do których należy Polska,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wie, w jaki sposób można ubiegać się o powołanie do służby wojskowej,</li> <li>– omawia znaczenie Wojsk Obrony Terytorialnej,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– charakteryzuje międzynarodowe struktury militarne, do których należy Polska,</li> <li>– wymienia i charakteryzuje organizacje polityczno-gospodarcze, do których należy obecnie nasz kraj,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia, jaką rolę odgrywa gospodarka i polityka w zapewnieniu obywatelom bezpieczeństwa,</li> <li>– omawia znaczenie stałej obecności wojsk amerykańskich w naszym kraju,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– ocenia, jak przedstawia się obecnie stan bezpieczeństwa Polski,</li> <li>– potrafi wyjaśnić, jakie znaczenie miałyby stała baza amerykańska w Polsce dla bezpieczeństwa naszego kraju,</li> </ul>
<b>Dział 2. Powszechne i masowe zagrożenia we współczesnym świecie</b>					
2.1 Klasyfikacja zagrożeń	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia, czym są zagrożenia czasu wojny i czasu pokoju,</li> <li>– podaje przykłady zagrożeń naturalnych, z którymi ludzie mieli do czynienia w przeszłości,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– klasyfikuje i omawia rodzaje zagrożeń,</li> <li>– wyjaśnia, jakie jest miejsce terroryzmu w hierarchii zagrożeń,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– rozróżnia zagrożenia naturalne i spowodowane działalnością człowieka,</li> <li>– opisuje środki rażenia współczesnego pola walki,</li> <li>– wymienia największe klęski żywiołowe ostatnich lat i dziesięcioleci na świecie,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– potrafi uzasadnić przyjęty w trakcie lekcji system klasyfikacji zagrożeń,</li> <li>– analizuje niszczące efekty działalności człowieka z punktu widzenia współczesnych zagrożeń,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia, dlaczego konflikt totalny oznaczałby obecnie zagładę ludzkości,</li> </ul>

2.2 Służby ochrony ratownictwa	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia rodzaje służb ochrony i ratownictwa w Polsce,</li> <li>zna telefony alarmowe do poszczególnych służb,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>potrafi wezwać odpowiednie służby,</li> <li>wyjaśnia zasadę: „Rozmowę zawsze kończy dyspozytor”,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia zastosowanie aplikacji mobilnej <i>Ratunek</i>,</li> <li>rozdziela zadania policji Państwowej Straży Pożarnej,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje Państwowe Ratownictwo Medyczne,</li> <li>opisuje funkcje ratownicze GOPR i WOPR,</li> <li>opisuje funkcjonowanie Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>tłumaczy, dlaczego każdy z nas powinien bezwzględnie podporządkować się poleceniom służb ratowniczych porządkowych,</li> </ul>
2.3 Ostrzeżenie alarmowanie	<ul style="list-style-type: none"> <li>definiuje alarm i alarmowanie oraz wskazuje urządzenie najczęściej wykorzystywane jako źródła sygnału alarmowego,</li> <li>wymienia rodzaje alarmów,</li> <li>zna uniwersalne zasady zachowania w sytuacji zagrożenia,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozdziela sygnały alarmowe i komunikaty ostrzegawcze,</li> <li>wie, jakie są struktury oraz instytucje odpowiedzialne za alarmowanie i ostrzeżenie ludności w naszym kraju,</li> <li>zna obowiązki ludności, z których należy się wywiązać po usłyszeniu sygnału alarmowego,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wie, jak zapobiegać wybuchowi paniki,</li> <li>opisuje strukturę systemu zarządzania kryzysowego,</li> <li>charakteryzuje model organizacji powiadamiania i reagowania kryzysowego,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje zadania Rządowego Centrum Bezpieczeństwa,</li> <li>opisuje Krajowy System Wykrywania Skażeń i Alarmowania,</li> <li>wyjaśnia, dlaczego każdy obywatel powinien bezwzględnie stosować się do poleceń wydawanych przez przedstawicieli służb ratowniczych porządkowych,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje możliwe przyczyny sytuacji kryzysowych wymagających ostrzeżenia i alarmowania ludności,</li> <li>interpretuje, jak ostrzeżenie i alarmowanie ludności wpływa na bezpieczeństwo,</li> <li>uzasadnia celowość znajomości sygnałów alarmowych i komunikatów ostrzegawczych,</li> </ul>
2.4 Ewakuacja	<ul style="list-style-type: none"> <li>zna tryby ewakuacji,</li> <li>wie, na czym polegają ewakuacja zorganizowana i samoewakuacja,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>potrafi w trybie alarmowym ewakuować się z budynku,</li> <li>wskazuje drogi ewakuacyjne w szkole,</li> <li>wskazuje osoby odpowiedzialne za ewakuację,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>prezentuje sposoby transportu uszkodzonych,</li> <li>rozdziela znaki ewakuacyjne i informacyjne,</li> <li>sporządza listę rzeczy, które należy zabrać z domu w razie ogłoszenia ewakuacji,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>omawia zasady ewakuacji ludności i środków materialnych,</li> <li>charakteryzuje przygotowanie do ewakuacji planowanej,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>planuje inicjatywy zmierzające do rozwiązania problemów istotnych dla sprawnego przeprowadzenia procesu ewakuacji,</li> </ul>
2.5 Zagrożenie pożarem	<ul style="list-style-type: none"> <li>podaje, jakie warunki są wystarczające do wystąpienia pożarów,</li> <li>wyjaśnia termin <i>pożar w zarodku</i>, wie, jak zachować się w takiej sytuacji,</li> <li>definiuje pojęcia <i>pożar</i> i <i>trójkąt spalania</i>,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje przyczyny pożarów,</li> <li>wskazuje miejsca potencjalnie zagrożone wystąpieniem pożaru,</li> <li>umie obsługiwać podręczny sprzęt gaśniczy,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>klasyfikuje grupy pożarów i materiałów palnych,</li> <li>zna zasady ewakuacji w razie wystąpienia pożaru w domu,</li> <li>rozdziela wybrane znaki ochrony przeciwpożarowej,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wie, jakie materiały palne można gasić gaśnicą określonego typu,</li> <li>wie, jak ważne jest zapobieganie panice,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnia konieczność przestrzegania zasad bezpieczeństwa własnego i innych ludzi podczas różnorodnych zagrożeń,</li> </ul>
2.6 Zagrożenie powodzią	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia rodzaje powodzi,</li> <li>wie, jakie działania należy podjąć, aby zabezpieczyć dom na wypadek powodzi,</li> <li>wie, jakie informacje podać przedstawicielowi służb ratowniczych,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje zasady zachowania na wypadek powodzi, postępowania w razie jej wystąpienia, a także po jej ustąpieniu,</li> <li>wskazuje drogi ewakuacyjne w szkole,</li> <li>wymienia zasady higieny dla powodzi,</li> <li>opisuje zabezpieczenia przeciwpowodziowe,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozdziela czynną i bierną ochronę przeciwpowodziową,</li> <li>podaje, w jakich sytuacjach ogłasza się pogotowie przeciwpowodziowe, a kiedy – alarm powodziowy,</li> <li>zna zasady poruszania się samochodem w razie wystąpienia powodzi,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozdziela rodzaje powodzi ze względu na przyczynę ich wystąpienia,</li> <li>ocenia poziom zagrożenia powodzią w pobliżu swojego domu i swojej szkoły,</li> <li>opisuje rodzaje zabezpieczeń powodziowych w najbliższej okolicy,</li> <li>wie, jak ważne jest zapobieganie panice,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia, dlaczego pomoc służbom w sytuacji powodzi jest działaniem we własnym interesie,</li> </ul>

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
2.7 Zimowe zagrożenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia zagrożenia występujące zimą,</li> <li>podaje czynniki sprzyjające wychłodzeniu i odmrożeniom,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozdzieli stopnie odmrożeń,</li> <li>identyfikuje objawy wychłodzenia i hipotermii,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje typowe zagrożenia związane z niską temperaturą w okresie zimowym,</li> <li>opisuje, jak należy postępować z osobą wychłodzoną i taką, która doznała odmrożeń,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>przedstawia zasady bezpiecznego podróżowania samochodem w warunkach zimowych,</li> <li>ocenia, jak warunki klimatyczne w Polsce wpływają na bezpieczeństwo człowieka w okresie zimowym,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>uzasadnia konieczność przestrzegania zasad bezpieczeństwa własnego i innych ludzi podczas zimowych zagrożeń,</li> </ul>
2.8 Niebezpieczne środki chemiczne	<ul style="list-style-type: none"> <li>definiuje pojęcie skażenia chemicznego,</li> <li>wymienia przyczyny skażeń chemicznych,</li> <li>wskazuje substancje, które mogą wywołać skażenie chemiczne,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje oznaczenia pojazdów transportujących niebezpieczne substancje chemiczne,</li> <li>prezentuje, jakimi prostymi metodami można doraźnie chronić drogi oddechowe,</li> <li>wskazuje formacje przeciwdziałające skażeniom chemicznym,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wyjaśnia oznaczenia występujące na tablicach ADR,</li> <li>umie zabezpieczyć dom (mieszkanie) przed niebezpiecznymi substancjami chemicznymi,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia działania, które powinien podjąć świadek wypadku pojazdu przewożącego niebezpieczne substancje,</li> <li> tłumaczy zasady zachowania w razie uwolnienia niebezpiecznych substancji chemicznych,</li> <li>interpretuje zapisy na tablicach ADR,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>analizuje konsekwencje skażeń chemicznych dla ludzi, mienia i środowiska,</li> <li>rozumie rolę i znaczenie służb ratownictwa oraz wyjaśnia, dlaczego wszyscy bezwzględnie powinniśmy wykonywać polecenia ich przedstawicieli,</li> </ul>
2.9 Terroryzm	<ul style="list-style-type: none"> <li>wie, czym jest terroryzm,</li> <li>definiuje zamach terrorystyczny,</li> <li>wymienia znane zamachy terrorystyczne,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zna zasady zachowania się podczas ataku terrorystycznego z użyciem broni palnej i z użyciem materiałów wybuchowych,</li> <li>potrafi podać niezbędne informacje przedstawicielowi służb ratowniczych,</li> <li>rozdzieli „nowy” i „stary” terroryzm,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>wskazuje różnice między terrorem i terroryzmem,</li> <li>potrafi wyjaśnić pojęcie fanatyzmu,</li> <li>wie, jak należy się zachować w razie stania się zakładnikiem,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozumie specyfikę współczesnego terroryzmu,</li> <li>charakteryzuje syndrom sztokholmski,</li> <li>klasyfikuje rodzaje terroryzmu ze względu na sposób działania sprawców,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>przedstawia propozycje dotyczące działań na rzecz wyeliminowania terroryzmu ze współczesnego świata,</li> </ul>
2.10 Przestępczość pospolita	<ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia sytuacje, które mogą stanowić zagrożenie bezpieczeństwa osobistego,</li> <li>podaje przykład skutecznej próby o pomoc w sytuacji zagrożenia,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>rozumie związek między demokracją a przestępczością,</li> <li>wyjaśnia pojęcie <i>wiktymologia</i>,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>zna zagrożenia, które mogą pojawić się w środkach komunikacji publicznej,</li> <li>identyfikuje zagrożenia w sieci i wskazuje sposoby przeciwdziałania im,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>potrafi zachować ostrożność w miejscach publicznych,</li> <li>wie, jak należy się zachować w przypadku napaści bezpośredniej,</li> <li>wyjaśnia, dlaczego należy unikać walki na ulicy,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje zasady bezpiecznego zachowania, które pozwolą zmniejszyć ryzyko stania się ofiarą przestępstwa,</li> </ul>

### Dział 3. Pierwsza pomoc przedmedyczna

<p>3.1 Pierwsza pomoc – prawny obowiązek czy moralna powinność?</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>–wymienia elementy łańcucha przeżycia,</li> <li>–wyjaśnia, na czym polega obowiązek udzielania pomocy,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– tłumaczy różnice między pierwszą a dodatkową pomocą przedmedyczną,</li> <li>– wie, jak wyposażyć apteczkę pierwszej pomocy,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– zna prawa ratownika,</li> <li>– wyjaśnia, na czym polega postawa dobrego samarytanina,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>–charakteryzuje regulacje prawne dotyczące udzielania pierwszej pomocy obowiązujące w Polsce,</li> <li>– tłumaczy, dlaczego brak wiedzy i umiejętności nie usprawiedliwia osób, które nie udzielają pierwszej pomocy,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia aspekty moralne związane z udzieleniem pomocy osobom w stanie zagrożenia życia,</li> </ul>
<p>3.2 Postępowanie z osobą nieprzytomną</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– na numery alarmowe,</li> <li>– wie, na jakie niebezpieczeństwa narażony jest ratownik,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– otrafi wykonać rękoczyn czoło-żuchwa oraz sprawdzić podstawowe czynności życiowe,</li> <li>– umie ułożyć osobę w pozycji bocznej ustalonej,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– zna stopnie utraty świadomości,</li> <li>– wzywa pomoc, podając wszystkie niezbędne informacje w odpowiedniej kolejności,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– zna obowiązki obywateli dotyczące udzielania pierwszej pomocy osobom, których życie i zdrowie jest bezpośrednio zagrożone,</li> <li>– wie, jakie prawa przysługują ratownikowi zgodnie z ustawą o państwowym ratownictwie medycznym,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– uzasadnia, że bezzwłocznej prawidłowe wezwanie pomocy może mieć istotne znaczenie dla ratowania życia osoby nieprzytomnej,</li> </ul>
<p>3.3 Odwracanie na plecy osoby leżącej na brzuchu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– ocenia swoje bezpieczeństwo w miejscu zdarzenia,</li> <li>– potrafi sprawdzić przytomność poszkodowanego,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wie, do czego i w jaki sposób może wykorzystać osoby postronne,</li> <li>– demonstruje, jak powinno wyglądać sprawdzenie oddechu osoby poszkodowanej leżącej na brzuchu,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wymienia wypadki, w wyniku których może dojść do uszkodzenia kręgosłupa,</li> <li>– uzasadnia, dlaczego osoba leżąca na brzuchu ma utrudnione oddychanie,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– samodzielnie odwraca na plecy –z zabezpieczeniem kręgosłupa – osobę leżącą na brzuchu,</li> <li>– wyjaśnia, w jakich okolicznościach osobę leżącą na brzuchu należy odwrócić na plecy,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– tłumaczy zasadę: <i>Nie poruszaj poszkodowanym bez wyraźnej potrzeby,</i></li> </ul>
<p>3.4 Resuscytacja osoby dorosłej</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– umie ocenić swoje bezpieczeństwo w miejscu zdarzenia,</li> <li>– potrafi sprawdzić przytomność poszkodowanego,</li> <li>– wie, kiedy należy przerwać wykonywanie resuscytacji krążeniowo-oddechowej,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wie, do czego i w jaki sposób może wykorzystać osoby postronne,</li> <li>– wzywa pomoc, podając wszystkie niezbędne informacje w odpowiedniej kolejności,</li> <li>– wyjaśnia, jak ważny jest czas w przypadku ratowania życia,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– demonstruje, jak powinno wyglądać sprawdzenie oddechu osoby poszkodowanej,</li> <li>– potrafi omówić rolę układów oddechowego, krążeniowego, nerwowego,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– umie zastosować maseczkę do sztucznego oddychania,</li> <li>– wykonuje masaż serca,</li> <li>– stosuje sztuczne oddychanie,</li> <li>– rozróżnia pojęcia <i>resuscytacja</i> i <i>reanimacja</i>,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– dowodzi, że brak tlenu jest niebezpieczny dla organizmu, opisując pracę układów dostarczających go do komórek,</li> </ul>
<p>3.5 Resuscytacja niemowlęcia i starszego dziecka</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– podaje algorytm resuscytacji dziecka,</li> <li>– zna klasyfikacje wiekowe obowiązujące w ratownictwie,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– rozumie różnicę między wiekiem rozwojowym a wiekiem metrykalnym,</li> <li>– wie, że przed udzieleniem pomocy niemowlęciu lub starszemu dziecku musi zwrócić się o pozwolenie do jego rodziców,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wykonuje masaż serca u dziecka,</li> <li>– wykonuje masaż serca u niemowlęcia,</li> <li>– wie, jak może zmienić się kolejność działań podczas udzielania pomocy niemowlęciu i starszemu dziecku,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wskazuje różnice między resuscytacją osoby dorosłej a resuscytacją dziecka (zwłaszcza niemowlęcia),</li> <li>– wyjaśnia, na czym polega hipoksja,</li> <li>– opisuje, na czym polega nagła śmierć łóżeczkowa,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia, co oznacza zasada <i>najpierw pomagaj</i>, podaje, kogo ona dotyczy i jakie są od niej wyjątki,</li> </ul>

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobłą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
		– demonstruje, jak przekonywać rodziców do wyrażenia zgody na udzielenie dziecku pomocy,			
3.6 Zasady użycia AED	– wymienia objawy nagłego zatrzymania krążenia, – rozpoznaje uniwersalny, obowiązujący od 2007 r., symbol AED, – wskazuje, gdzie można znaleźć instruktaż informujący, w jaki sposób obsługiwać AED,	– wyjaśnia ogólnie pojęcie nagłego zatrzymania krążenia, – opisuje mechanizm leczniczy defibrylacji, – omawia zasady działania automatycznego zewnętrznego defibrylatora serca,	– potrafi zastosować AED w połączeniu z wykonywaniem resuscytacji, – wskazuje na migotanie komór jako jedno z zaburzeń pracy serca, będące u osób dorosłych najczęstszą przyczyną NZK,	– zna pojęcie <i>elektrody pediatryczne</i> , – wyjaśnia, kiedy używanie AED u dzieci jest dozwolone,	– wyjaśnia, dlaczego nowoczesny automatyczny defibrylator serca jest „mądrzejszy” od ratownika, – przedstawia badania nad ratowaniem ludzkiego życia z wykorzystaniem prądu,
3.7 Postępowanie przy zadławieniach	– wymienia objawy zadławienia, – rozróżnia zakrzuszenie i zadławienie, – wylicza przyczyny zadławienia,	– wyjaśnia, na czym polega zadławienie, – rozumie niebezpieczeństwa związane ze stanem zadławienia, – identyfikuje kaszel jako naturalny odruch obronny organizmu,	– wylicza niebezpieczeństwa związane z zadławieniem, – opisuje mechanizm zadławienia, – opisuje manewr Heimlicha,	– demonstruje, jak należy udzielać pomocy zadławionym: dorosłemu, niemowlęciu i starszemu dziecku, – wymienia czynności szkodliwe w przypadku udzielania pomocy podczas zakrzuszenia lub zadławienia,	– proponuje zasady, których powinno się przestrzegać podczas spożywania posiłków przez dzieci, by przeciwdziałać zadławieniu,
3.8 Tamowanie krwotoków	– podaje prawidłowe ciśnienie puls człowieka, – opisuje rolę krwi w organizmie, – przedstawia ogólne zasady zabezpieczania krwawień,	– omawia skład krwi i funkcjonowanie układu krwionośnego, – klasyfikuje rodzaje krwotoków w zależności od uszkodzonego naczynia krwionośnego,	– dobiera czynności ratownicze właściwe w przypadku ran kończyn, głowy, klatki piersiowej, brzucha, – postępuje właściwie, gdyw ranie tkwi ciało obce,	– zna zasady zabezpieczania amputacji urazowych, – tłumaczy, co oznacza pojęcie <i>replantacja</i> , – wie, jak należy użyć opaski uciskowej, – objaśnia, czym jest odczyn Biernackiego,	– przytacza argumenty, przeciwko usuwaniu ciała obcego z rany, – wyjaśnia zasady postępowania w razie wystąpienia krwawień, uzasadniając, w jakich sytuacjach należy użyć opaski uciskowej, a w jakich – opatrunku wentylowego,
3.9 Urazy kości stawów	– wymienia ogólne zasady postępowania w przypadku złamań, – identyfikuje złamania kości jako urazy, które wymagają interwencji lekarskiej,	– podaje czynności dozwolone i zabronione w przypadku zwichnięcia stawu, – wie, że nie wolno sprawiać bólu poszkodowanemu,	– zna zasady użycia chusty trójkątnej do zabezpieczania złamań, – umie użyć podręcznych przedmiotów do usztywnienia złamań,	– potrafi unieruchomić złamaną kończynę górną za pomocą chusty trójkątnej bandaża, – omawia szkielet człowieka,	– opracowuje i prezentuje informacje na temat budowy i funkcji układu kostnego człowieka,

3.10 Poparzenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>-identyfikuje oparzenie i udar ciepły,</li> <li>-wymienia funkcje skóry człowieka,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-rozdzieli stopnie oparzeń,</li> <li>-wyszczególnia przypadki poparzeń, bezwzględnie wymagające konsultacji z lekarzem,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-odnosząc się do budowy skóry człowieka, omawia podstawową klasyfikację poparzeń,</li> <li>-potrafi udzielić doraźnej pomocy osobie poparzonej,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-opisuje zastosowanie hydrożeli,</li> <li>-potrafi zdiagnozować udar ciepły i odpowiednio zareagować,</li> <li>-omawia pierwszą pomocw przypadku oparzeń chemicznych,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia, jakie działania w domu należy podjąć, by zabezpieczyć dzieci przed poparzeniami,</li> </ul>
3.11 Udar i zawał	<ul style="list-style-type: none"> <li>-potrafi wymienić najczęstsze objawy zawału,</li> <li>-potrafi wymienić najczęstsze objawy udaru,</li> <li>-rozdzieli zawał i udar,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-wskazuje przyczyny zawału udaru,</li> <li>-objaśnia akronimy FAST i UDAR,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-wie, jak powinien się zachować w razie wystąpienia u chorego zawału,</li> <li>-potrafi zareagować w przypadku wystąpienia u chorego objawów udaru,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-opisuje zawał i udar jako choroby cywilizacyjne,</li> <li>-ma utrwaloną technikę zabezpieczenia poszkodowanego przed wychłodzeniem,</li> <li>-omawia przedszpitalną skalę udaru Cincinnati,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia, dlaczego zarówno przypadku zawału, jak i udaru tak ważny jest czas,</li> </ul>
3.12 Częste wypadki – atak epilepsji, wypadek drogowy, omdlenie	<ul style="list-style-type: none"> <li>-wymienia zasady zachowania w miejscu wypadku drogowego,</li> <li>-identyfikuje objawy epilepsji,</li> <li>-rozpoznaje objawy omdlenia,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-wymienia czynności niewskazane w przypadku ataku epilepsji,</li> <li>-wie, jak należy się zachować w przypadku zauważenia osoby, u której wystąpił atak epilepsji,</li> <li>-rozumie, na czym polega specyfika wypadku drogowego w związku z bezpieczeństwem ratownika,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-potrafi umiejętnie wydobyć poszkodowanego z pojazdu,</li> <li>-demonstruje trzy sposoby postępowania w sytuacji omdlenia,</li> <li>-ma utrwaloną technikę zabezpieczania poszkodowanego przed wychłodzeniem,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-opisuje, na czym polega triage,</li> <li>-charakteryzuje, w jakich przypadkach stosujemy chwyt Rauteka,</li> <li>-wyjaśnia, czego – wbrew obiegowym opiniom – nie należy robić, zabezpieczając chorego w trakcie ataku epilepsji,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-przedstawia, w jakich sytuacjach i w jaki sposób zmotywuje osobę, która zemdlała, by poszła do lekarza,</li> </ul>
<b>Dział 4. Żyj zdrowo</b>					
4.1 Zdrowie i jego podstawy	<ul style="list-style-type: none"> <li>-definiuje pojęcie <i>zdrowie</i>,</li> <li>-przedstawia różnorodne dziedziny życia, których dotyczy termin <i>zdrowie</i>,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-charakteryzuje zdrowie jako stan i jako proces,</li> <li>-wymienia czynniki decydujące o długowieczności,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-opisuje trzy wymiary zdrowia,</li> <li>-rozumie znaczenie właściwej ilości snu dla zdrowia,</li> <li>-potrafi wymienić wskaźniki zdrowia fizycznego,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-wyjaśnia potrzebę dostosowania odpoczynku do rodzaju aktywności,</li> <li>-charakteryzuje oznaki stanu zdrowia,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia, dlaczego o zdrowie należy dbać przez cały czas,</li> </ul>
4.2 Zasady zdrowego żywienia	<ul style="list-style-type: none"> <li>-wymienia choroby cywilizacyjne (choroby ciała i zaburzenia zdrowia psychicznego),</li> <li>-podaje przyczyny chorób cywilizacyjnych,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-objaśnia zależność pomiędzy chorobami cywilizacyjnymi a miejscem zamieszkania,</li> <li>-rozumie znaczenie pojęcia <i>zdrowa żywność</i>,</li> <li>-wymienia składniki zdrowej diety,</li> <li>-identyfikuje otyłość jako chorobę cywilizacyjną,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-ma świadomość negatywnego wpływu sztucznych dodatków stosowanych w produkcji żywności na zdrowie,</li> <li>-zna zasady zdrowego odżywiania się na co dzień,</li> <li>-przypisuje zaburzenia zdrowia psychicznego do chorób cywilizacyjnych,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-charakteryzuje przykładowe dodatki chemiczne do żywności,</li> <li>-identyfikuje przykładowe symbole dodatków chemicznych do żywności,</li> <li>-opisuje znaczenie kwasów omega-6 i omega-3 dla organizmu człowieka,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-planuje dla siebie zdrowe i pełnowartościowe posiłki,</li> <li>-układa przepisy kulinarne, np. na zdrowy deser, kaloryczne drugie danie, smaczny i zdrowy napój,</li> </ul>

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobłą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
4.3 Uzależnienia i jak im przeciwdziałać. Aktywność fizyczna	<ul style="list-style-type: none"> <li>– definiuje pojęcia <i>uzależnienie</i> i <i>substancja psychoaktywna</i>,</li> <li>– wymienia substancje psychoaktywne,</li> <li>– wymienia korzyści wynikające z aktywności fizycznej,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– klasyfikuje uzależnienia,</li> <li>– przedstawia zależność pomiędzy zdrowiem a uzależnieniami,</li> <li>– charakteryzuje uzależnienia od substancji psychoaktywnych,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– omawia szkodliwy wpływ substancji psychoaktywnej na zdrowie jednostki,</li> <li>– wymienia uzależnienia od czynności i wyjaśnia, dlaczego mogą być równie groźne jak uzależnienia od substancji psychoaktywnych,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– przedstawia podstawowe kryteria, za pomocą których opisuje się i diagnozuje uzależnienia,</li> <li>– przedstawia fazy rozwoju uzależnień,</li> <li>– uzasadnia korzyści dla zdrowia wynikające z uprawiania wybranej dyscypliny sportowej,</li> <li>– definiuje pojęcia <i>endorfiny</i> i <i>zespół odstawienny</i>,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– potrafi dowieść, że regularna aktywność fizyczna jest dla jednostki niezastąpionym źródłem zdrowia,</li> </ul>
4.4 Rozwój sfery emocjonalno-społecznej	<ul style="list-style-type: none"> <li>– przedstawia różnorodne dziedziny życia, których dotyczy termin <i>zdrowie psychiczne</i>,</li> <li>– wie, jakie są zagrożenia dla zdrowia psychicznego jednostki,</li> <li>– wymienia, jakie są formy rozwiązywania konfliktów.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wymienia oznaki zdrowia psychicznego u dorosłych i dzieci,</li> <li>– opisuje zasady dobrej komunikacji interpersonalnej,</li> <li>– identyfikuje stres jako nieodłączny element życia człowieka.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– charakteryzuje elementy zdrowia psychicznego,</li> <li>– wyjaśnia, czym jest stres,</li> <li>– opisuje bariery komunikacyjne,</li> <li>– wymienia techniki asertywnego odmawiania,</li> <li>– wyjaśnia, czym różni się rola arbitra od roli mediatora.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– tłumaczy, czym różni się postawa asertywna od agresywnej,</li> <li>– wymienia zasady negocjacji z dorosłymi,</li> <li>– wyjaśnia, w jaki sposób mediacje i negocjacje mogą pomóc w rozwiązywaniu problemów oraz łagodzeniu konfliktów.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– potrafi wytłumaczyć, jak ważną rolę odgrywają emocje w życiu człowieka,</li> <li>– uzasadnia, dlaczego komunikacja interpersonalna jest umiejętnością prospołeczną,</li> <li>– argumentuje, dlaczego mediacje i negocjacje są najskuteczniejszą formą rozwiązywania konfliktów.</li> </ul>