

EDUKACJA DLA BEZPIECZEŃSTWA
KLASA 8 SP
Wymagania edukacyjne na poszczególne oceny

NAUCZYCIEL: RENATA PIWOWARCZYK

Wykorzystywany podręcznik: „Żyję i działam bezpiecznie” - podręcznik do edukacji dla bezpieczeństwa dla szkoły podstawowej;

Autor: Jarosław Słoma

Numer dopuszczenia: 1227/2024

Program nauczania edukacji dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej zgodny z nową podstawą programową kształcenia ogólnego w zakresie edukacji dla bezpieczeństwa dla szkoły podstawowej (Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dn. 01.08.2022 r.)

1. Poziomy wymagań na poszczególne oceny (stopnie szkolne)
2. Cele kształcenia
3. Rozkład materiału wraz z wymaganiami podstawowymi i ponadpodstawowymi

Wymagania edukacyjne na poszczególne oceny (stopnie szkolne) z Edukacji dla bezpieczeństwa w klasie 8 są zgodne z obowiązującą podstawą programową oraz programem nauczania edukacji dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej (Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dn. 01.08.2022 r.)

Zasady oceniania zawarte są w Statucie Publicznej Szkoły Podstawowej im. Jana Pawła II w Zbludowicach (Szczegółowe warunki i sposób oceniania wewnątrzszkolnego uczniów).

KRYTERIA OCENIANIA

	Umiejętność i aktywność ucznia	Wiedza
Ocena celująca	• inicjuje dyskusję • przedstawia własne (racjonalne) koncepcje rozwiązań, działań, przedsięwzięć • systematycznie wzbogaca swoją wiedzę i umiejętności, dzieli się tym z grupą • odnajduje analogie, wskazuje szanse i zagrożenia określonych rozwiązań • wyraża własny, krytyczny, twórczy stosunek do omawianych zagadnień • argumentuje w obronie własnych poglądów, posługując się wiedzą pozaprogramową	• zdobył wiedzę znacznie wykraczającą poza zakres materiału programowego
Ocena bardzo dobra	• sprawnie korzysta ze wszystkich dostępnych źródeł informacji • samodzielnie rozwiązuje zadania i problemy postawione przez nauczyciela • jest aktywny na lekcjach i zajęciach pozalekcyjnych (zawodach, konkursach) • bezbłędnie wykonuje czynności ratownicze, koryguje błędy kolegów • odpowiednio wykorzystuje sprzęt i środki ratownicze • sprawnie wyszukuje w różnych źródłach informacje o sposobach alternatywnego działania (także doraźnego) • umie pokierować grupą rówieśników	• zdobył pełen zakres wiedzy przewidziany w programie • sprawnie wykorzystuje wiedzę z różnych przedmiotów do rozwiązywania zadań z zakresu edukacji dla bezpieczeństwa
Ocena dobra	• samodzielnie korzysta ze wskazanych źródeł informacji • poprawnie rozumie w kategoriach przyczynowo-skutkowych • samodzielnie wykonuje typowe zadania o niewielkim stopniu złożoności • podejmuje wybrane zadania dodatkowe • jest aktywny w czasie lekcji • poprawnie wykonuje czynności ratownicze, umie dobrać potrzebny sprzęt i wykorzystać niektóre środki ratownicze	• opanował materiał programowy w stopniu zadowalającym
Ocena dostateczna	• pod kierunkiem nauczyciela wykorzystuje podstawowe źródła informacji • samodzielnie wykonuje proste zadania w trakcie zajęć • przejawia przeciętną aktywność	• opanował podstawowe elementy programu, pozwalające na podejmowanie w otoczeniu działań ratowniczych i zabezpieczających

Ocena dopuszczająca	• przy pomocy nauczyciela wykonuje proste polecenia, wykorzystując podstawowe umiejętności	• wykazuje braki w wiedzy, nie uniemożliwiają one jednak dalszej edukacji i mogą zostać usunięte
Ocena niedostateczna	• nie potrafi wykonać prostych poleceń, wymagających zastosowania podstawowych umiejętności	• wykazuje braki w wiedzy, które uniemożliwiają dalszy rozwój w ramach przedmiotu

POZIOMAMY WYMAGAŃ na poszczególne oceny (stopnie szkolne)

POZIOM WYMAGAŃ NA POSZCZEGÓLNE OCENY (STOPNIE SZKOLNE)	
P - wymagania podstawowe, które obejmują wymagania konieczne (K) i podstawowe (P)	K- wymagania konieczne – wymagania konieczne, na ocenę dopuszczającą, obejmujące wiedzę i umiejętności proste, łatwe do opanowania i zapamiętania dla każdego ucznia, niezbędne w dalszej edukacji, często przydatne w życiu.
	P – wymagania podstawowe - wymagania podstawowe, na ocenę dostateczną, to zasób wiedzy i umiejętności możliwy do opanowania przez uczniów przeciętnych, średnio uzdolnionych, niewykraczający poza wymagania podstawy programowej, przydatny w życiu, znaczący w dalszej edukacji, wraz z wymaganiami poziomu K tworzący niezbędny zasób najistotniejszych wiadomości i umiejętności.
PP (ponadpodstawowe), które obejmują wymagania rozszerzające (R) i dopełniające(D)	R –wymagania rozszerzające - wymagania rozszerzające, na o cenę dobrą, obejmują wiedzę i umiejętności bardziej złożone, o wyższym poziomie trudności, wymagające twórczego podejścia, stanowiące rozwinięcie wymagań opisanych wcześniej, zarówno co do szczegółowości, jak i przydatności w życiu codziennym. Nie są one niezbędne w dalszej nauce.
	D – wymagania dopełniające - wymagania dopełniające, na ocenę bardzo dobrą, stanowią zasób wiedzy i umiejętności trudny do opanowania, wymagający dużego nakładu pracy, korzystania z różnych źródeł wiedzy. W życiu codziennym bywa on przydatny rzadko, pośrednio.

CELE KSZTAŁCENIA

Zgodnie z podstawą programową ogólne cele kształcenia to:

- I. Rozumienie istoty bezpieczeństwa państwa.
- II. Przygotowanie uczniów do działań w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń (katastrof i wypadków masowych).
- III. Kształtowanie umiejętności z zakresu podstaw pierwszej pomocy.
- IV. Kształtowanie postaw obronnych.

**Rozkład materiału nauczania z planem wynikowym „Żyję i działam bezpiecznie”
dla szkoły podstawowej**

Temat lekcji i liczba godzin	Treści nauczania	Wymagania edukacyjne (kategoria celów)		Punkty podstawy programowej
		podstawowe (P) Uczeń:	ponadpodstawowe (PP) Uczeń:	
R. 1. Postępowanie w sytuacjach zagrożeń				
1. Ostrzeganie o zagrożeniach i alarmowanie 1 h	- System wykrywania i alarmowania, aplikacje systemów ostrzegania o zagrożeniach lokalnych - Rodzaje alarmów i sygnałów alarmowych - Środki alarmowe - Zasady zachowania się po ogłoszeniu alarmu	- informuje, z jakich systemowych źródeł otrzyma informacje o zagrożeniach - definiuje i rozpoznaje rodzaje alarmów i sygnałów alarmowych - wymienia podstawowe środki alarmowe	potrafi zainstalować w telefonie komórkowym dostępny w miejscu zamieszkania system ostrzegania o lokalnych zagrożeniach	II.2
2. Ewakuacja 1 h	- Zasady ewakuacji z miejsca zagrożenia - Ewakuacja z budynku, m.in. ze szkoły - Zapewnienie schronienia, wody i żywności - Ewakuacja zwierząt - Przeciwdziałanie panice	- opisuje kluczowe elementy szkolnej instrukcji ewakuacji: - sygnały i środki alarmowe - drogi ewakuacji, wyjścia ewakuacyjne - znaki ewakuacyjne - miejsce zbiórki ewakuowanej ludności - zasady zachowania się podczas ewakuacji ze szkoły - uczestniczy w próbnej ewakuacji	- omawia ogólne zasady ewakuacji - różnicuje stopnie ewakuacji	II.3
3. Zagrożenia i walka z nimi	- Zagrożenia czasu pokoju i czasu wojny - Klasyfikacja zagrożeń ze względu na podmiot (zagrożenia	- rozpoznaje zagrożenia i ich źródła - rozdziela zagrożenia czasu pokoju i zagrożenia czasu wojny	wyjaśnia rolę i zasady funkcjonowania Państwowej Straży Pożarnej oraz Państwowego Ratownictwa Medycznego	II.1 II.4

1 h	bezpieczeństwa osobistego i zbiorowego); źródła zagrożeń • Systemy zapewniające bezpieczeństwo wewnętrzne: Krajowy System Ratowniczo-Gaśniczy, Państwowe Ratownictwo Medyczne; rola i zasady funkcjonowania PSP i PRM • Zadania OSP, GOPR, TOPR, WOPR itp.	• wymienia nazwy formacji służb działających na rzecz zwalczania skutków zagrożeń • wymienia elementy systemowych rozwiązań zapewniających bezpieczeństwo państwa i obywateli (Krajowy System Ratowniczo-Gaśniczy –KSRG, Państwowe Ratownictwo Medyczne – PRM) • wymienia społeczne podmioty działające na rzecz zwalczania skutków zagrożeń	• charakteryzuje działalność społecznych podmiotów ratowniczych, w tym: OSP, GOPR, TOPR • wyjaśnia zadania tych podmiotów	
4. Pożary 2 h	• Zagrożenia pożarowe w domu i szkole • Typowe zagrożenia zdrowia i życia w czasie pożaru • Postępowanie na wypadek pożaru • Rodzaje i zasady użycia podręcznego sprzętu gaśniczego • Sposoby gaszenia najczęściej występujących pożarów	• wymienia główne przyczyny pożarów • opisuje zasady postępowania podczas pożaru • wymienia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas pożaru • charakteryzuje zagrożenia pożarowe w domu, szkole i najbliższej okolicy • wymienia rodzaje i zasady użycia podręcznego sprzętu gaśniczego • potrafi dobrać odpowiedni rodzaj środka gaśniczego w zależności od rodzaju pożaru (np. płonąca patelnia, płonący komputer) • rozpoznaje i opisuje sposób użycia podręcznego sprzętu gaśniczego • rozpoznaje znaki ochrony przeciwpożarowej • rozpoznaje znaki ewakuacji	• omawia zasady profilaktyki pożarowej • opisuje sposoby gaszenia (w zarysku) najczęściej występujących pożarów • omawia zasady troski o własne bezpieczeństwo podczas pożaru • opisuje sposoby postępowania osób odciętych przez pożar od dróg ewakuacji • wyznacza strefę bezpieczeństwa w sytuacji zagrożenia •	II.4 II.5
5. Powodzie 1 h	• Typowe zagrożenia zdrowia i życia w czasie powodzi • Postępowanie na wypadek powodzi	• przedstawia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas powodzi, pożaru i innych klęsk żywiołowych • wymienia główne przyczyny powodzi • opisuje zakres i sposób przygotowania się do planowanej ewakuacji • opisuje zasady postępowania podczas powodzi	• omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych • wyjaśnia zasady zaopatrzenia ludności ewakuowanej w wodę i żywność • uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice	II.4 II.5

			• opisuje znaczenie kodu kolorystycznego I sygnalizacji manualnej w kontakcie ofiar powodzi z zespołami ratowniczymi	
6. Ekstremalne warunki pogodowe 1 h	• Zagrożenie lawiną i śnieżycą • Intensywna śnieżycą • Upały • Wichury • Burze	• opisuje zasady postępowania podczas powodzi śnieżycy i zejścia lawiny • proponuje odpowiednie działania zapobiegawcze i ratownicze wobec narastającej fali upałów • opisuje sposób przygotowania domu (obejścia) na nadciągające burze i/lub wichury • proponuje sposoby postępowania w czasie silnych mrozów, zwłaszcza w odniesieniu do zabezpieczenia domów mieszkalnych i osób podróżnych	• przedstawia zasady postępowania w razie zagrożenia lawiną	II.4 II.5
7. Wypadki i katastrofy komunikacyjne. Niebezpieczne substancje chemiczne 1 h	• Przyczyny wypadków komunikacyjnych • Zasady postępowania na miejscu wypadku drogowego • Zasady postępowania w przypadku awarii środka transportu lub rozszczelnienia zbiorników z substancjami toksycznymi • Znaki ostrzegawcze • Zasady postępowania po uwolnieniu substancji chemicznej	• wyjaśnia zasady postępowania na miejscu wypadku drogowego • wyjaśnia zasady postępowania w przypadku awarii instalacji chemicznej, środka transportu lub rozszczelnienia zbiorników z substancjami toksycznymi	• opisuje obowiązki pieszego i kierowcy podczas przejazdu pojazdu uprzywilejowanego • zna możliwości wykorzystania środków podręcznych i masek przeciwgazowych do ochrony ludzi przed szkodliwym wykorzystaniem toksycznych środków przemysłowych oraz bojowych środków trujących	II.4 II.5
8. Zagrożenia terrorystyczne 1 h	• Pojęcie terroryzmu • Zasady zachowania w czasie ataku terrorystycznego	• wyjaśnia pojęcie terroryzmu • wymienia przykłady skutków użycia środków: biologicznych, chemicznych i wybuchowych w ataku terrorystycznym • omawia zasady zachowania się w przypadku zdarzeń terrorystycznych (np. w razie	• wyjaśnia znaczenie pojęcia cyberprzemocy • opisuje procedury postępowania w przypadku jej wystąpienia • wskazuje niewłaściwe zachowania dotyczące cyberprzemocy; proponuje właściwą na nie reakcję	II.4 II.5

		wtargnięcia uzbrojonej osoby do szkoły, centrum handlowego) – sytuacje zakładnicze	- wymienia sposoby zapewnienia sobie bezpieczeństwa w sieci teleinformatycznej	
R. 2. Bezpieczeństwo państwa				
1. Bezpieczny obywatel, bezpieczne państwo 1 h	- Geopolityczne i militarne aspekty bezpieczeństwa państwa - Elementy składowe systemu bezpieczeństwa, jego instytucje - Bezpieczeństwo państwa w stosunkach międzynarodowych	- charakteryzuje geopolityczne aspekty bezpieczeństwa państwa - opisuje istotę oraz wymienia elementy składowe systemu bezpieczeństwa, jego poszczególne instytucje, charakter związków między nimi - omawia miejsce Polski w organizacjach międzynarodowych	identyfikuje i charakteryzuje dziedziny bezpieczeństwa państwa	I.1 I.2. I.3
2. Siły Zbrojne Rzeczypospolitej Polskiej 1 h	- Zadania władz w dziedzinie obronności - Zadania, struktura, wyposażenie i uzbrojenie Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej - Stowarzyszenia i organizacje działające na rzecz obronności	- wymienia zadania parlamentu, prezydenta, rady ministrów w dziedzinie obronności oraz elementy systemu obronnego państwa - zna i wymienia nazwy formacji mundurowych oraz ich zadania	- wymienia zadania Sił Zbrojnych RP podczas klęsk żywiołowych - zna podstawowe uzbrojenie i wyposażenie Sił Zbrojnych RP	I.4
3. Cyberbezpieczeństwo 1 h	- Zagrożenia cyberbezpieczeństwa - Zasady bezpieczeństwa w internecie - Cyberprzemoc - Cyberbezpieczeństwo w wymiarze cywilnym i wojskowym	- wymienia zagrożenia cyberbezpieczeństwa w wymiarze cywilnym i wojskowym - omawia zasady bezpieczeństwa w sieci - zna istotę cyberbezpieczeństwa - potrafi odbierać ze zrozumieniem, tworzyć i przedstawiać wypowiedzi dotyczące roli i miejsca cyberbezpieczeństwa militarnego w systemie cyberbezpieczeństwa państwa	omawia sposoby reagowania na cyberprzemoc	IV.2
R. 3. Podstawy pierwszej pomocy				

1. Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy 1 h	• Obowiązek (prawny i moralny) udzielania pierwszej pomocy • Łańcuch przeżycia • Rola układu oddechowego, układu krążenia i układu nerwowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych • Stan nagłego zagrożenia zdrowotnego, przyczyny szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia • Aplikacje telefoniczne przydatne w ratownictwie • Apteczka pierwszej pomocy	• podaje definicję i wymienia cele oraz zadania pierwszej pomocy • opisuje prawny i moralny obowiązek udzielania pierwszej pomocy • wymienia działania z zakresu pierwszej pomocy • opisuje rolę układów: oddychania, krążenia i nerwowego w prawidłowym funkcjonowaniu organizmu • potrafi rozpoznać osobę w stanie zagrożenia życia : • wyjaśnia pojęcie „stan zagrożenia życia” • wskazuje przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia • opisuje wyposażenie apteczki pierwszej pomocy; wymienia przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce, np. domowej, samochodowej, turystycznej	• omawia znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy przez świadka zdarzenia; przedstawia jego rolę • opisuje następstwa zaburzeń czynności układów: oddychania, krążenia i nerwowego wyjaśnia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych • omawia znaczenie „złotej godziny” dla losu poszkodowanych	III.1 III.12
2. Postępowanie na miejscu zdarzenia 2 h	• Bezpieczeństwo: świadka, ratownika, poszkodowanych, miejsca zdarzenia • Środki ochrony osobistej dla ratownika • Bezpieczne zdejmowanie rękawiczek jednorazowych • Wzywanie profesjonalnej pomocy – numery alarmowe, treść komunikatu • Transport poszkodowanych • Wywiad SAMPLE	• opisuje zasady bezpiecznego postępowania w miejscu zdarzenia, w tym: ○ unikania narażania własnego zdrowia i życia ○ oceniania własnych możliwości ○ rozpoznawania potencjalnych źródeł zagrożenia w kontakcie z poszkodowanym ○ wskazywania sposobu zabezpieczenia się przed zakażeniem w kontakcie z krwią i płynami ustrojowymi – stosowania uniwersalnych środków ochrony osobistej • prawidłowo wzywa pomoc:	• podaje przykład aplikacji na telefon komórkowy wspierającej udzielanie pierwszej pomocy • przeprowadza wywiad ratowniczy SAMPLE opisuje podstawowe sposoby transportu poszkodowanych z miejsc niebezpiecznych • opisuje transportowe sposoby ewakuowania poszkodowanych z zagrożonych miejsc, dobierając odpowiedni sposób do typologii urazów	III.2 III.4 III.6 III.7

		- o wymienia nazwy służb ratunkowych I podaje ich numery alarmowe - o wyjaśnia, kiedy należy wezwać pomoc i w jaki sposób przekazać informacje o zdarzeniu		
3. Pomoc osobie nieprzytomnej 2 h	• Łańcuch przeżycia • Ocena przytomności poszkodowanego • Przyczyny i objawy utraty przytomności • Przewracanie poszkodowanego na plecy (jeśli leży w innej pozycji) • Udrażnianie dróg oddechowych • Ocena oddechu • Pozycja bezpieczna • Ochrona termiczna i kontrolowanie stanu poszkodowanego • Pierwsza pomoc w przypadku omdlenia	• opisuje zasady postępowania z osobą nieprzytomną: - o wymienia objawy utraty przytomności - o wymienia przedomdleniowe objawy zwiastujące - o ocenia przytomność poszkodowanego - o ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund) - o wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej - o udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło-żuchwa - o układa osobę nieprzytomną na plecach i w pozycji bezpiecznej - o zapewnia osobie nieprzytomnej komfort termiczny - o systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej	• wymienia i opisuje poszczególne ogniwa łańcucha przeżycia • wymienia najczęstsze przyczyny utraty przytomności i omdleń • wymienia typowe objawy zwiastujące/poprzedzające omdlenie • wskazuje przyczyny uzasadniające pozostawienie osoby nieprzytomnej w pozycji zastanej • wskazuje najprostsze sposoby samopomocy w przypadku wystąpienia objawów zwiastujących omdlenie	III.8 III.9
4. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa 2 h	• Definicja resuscytacji krążeniowo-oddechowej • Przyczyny i typowe objawy nagłego zatrzymania krążenia (NZK) • Podstawowe zabiegi resuscytacyjne u dorosłych, dzieci i niemowląt (algorytm)	• wykonuje podstawowe czynności resuscytacji krążeniowo-oddechowej : - o wyjaśnia pojęcie „nagłe zatrzymanie krążenia”; wymienia jego oznaki - o podaje przykłady zdarzeń, w których dochodzi do nagłego zatrzymania krążenia - o opisuje algorytm podstawowych czynności resuscytacyjnych u osoby	• wyjaśnia, w jakich sytuacjach można przeprowadzić resuscytację z wyłącznym uciskaniem klatki piersiowej • opisuje algorytm podstawowych czynności resuscytacyjnych u niemowląt i dzieci • praktycznie wykorzystuje automatyczny defibrylator AED w sytuacjach symulowanych	III.10

	• Obsługa automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED)	dorośleć z dbałością o własne bezpieczeństwo ○ wymienia warunki i czynniki zapewniające resuscytację wysokiej jakości ○ omawia uniwersalny algorytm postępowania w nagłym zatrzymaniu krążenia ○ wykonuje na manekinie uciski klatki piersiowej i sztuczne oddychanie samodzielnie i we współpracy z drugą osobą ○ opisuje zastosowanie automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED) ; wyjaśnia jego znaczenie dla zwiększenia skuteczności akcji resuscytacyjnej ○ opisuje algorytm podstawowych czynności resuscytacyjnych z użyciem AED	• przedstawia aplikacje telefoniczne, służące usprawnieniu i przyspieszeniu dotarcia do najbliższej lokalizacji AED	
5. Rany i krwotoki 2 h	• Rodzaje ran i krwotoków • Wstrząs krwotoczny • Opatrunki osłaniający i uciskowy w obrębie różnych części ciała • Bandażowanie • Środki zastępcze służące do opatrywania ran	• różnicuje rany i krwotoki • przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć • wykonuje opatrunek osłaniający i uciskowy na ranę w obrębie kończyny • opisuje zagrożenia dla życia związane z utratą dużej ilości krwi w krótkim czasie (wstrząs krwotoczny) • omawia zasady postępowania przeciwwstrząsowego • omawia skuteczne sposoby tamowania krwawienia z nosa, przewodu pokarmowego	• wykonuje podstawowe opatrunki osłaniające w obrębie głowy i tułowia • zakłada opatrunek uciskowy na rany w obrębie głowy i tułowia • omawia okoliczności i sposób zakładania opaski uciskowej • proponuje zastosowanie zastępczych środków opatrunkowych d) potrafi zatamować krwotok przy użyciu opatrunku uciskowego	III.2 III.13a-e III.15

		omawia zasady opatrywania ran przy urazach głowy, ranach brzucha i klatki piersiowej		
6. Złamania, zwichnięcia i skręcenia 2 h	- Typowe objawy urazów kości i stawów - Opatrywanie złamań, skręceń i zwichnięć - Sposoby unieruchamiania kończyn za pomocą bandaża, chusty trójkątnej, dostępnych materiałów - Postępowanie ratownicze w przypadku urazów kręgosłupa - Zapobieganie urazom przy pracy, w sporcie i podczas rekreacji	- wymienia objawy najczęstszych obrażeń narządu ruchu - opisuje metody udzielania pierwszej pomocy w urazach kończyn - w sytuacjach symulowanych prawidłowo unieruchamia kończynę po urazie w zastanej pozycji; wykorzystuje dostępny sprzęt do unieruchomienia złamanej kończyny - wymienia sytuacje, w jakich może dojść do urazów kręgosłupa - omawia zasady postępowania z poszkodowanymi, u których podejrzewa się urazy kręgosłupa - przedstawia metody przenoszenia poszkodowanych z urazem kręgosłupa - wymienia przykłady zapobiegania urazom w sporcie, w domu, pracy	wyjaśnia cel doraźnego unieruchamiania kończyny (ograniczenie ruchu, złagodzenie bólu, ograniczenie ryzyka pogłębiania urazu, umożliwienie bezpiecznego transportu) opisuje przykłady powikłań wynikających z urazu kręgosłupa	III.13f-h
7. Oparzenia i odmrożenia 1 h	- Oparzenia termiczne i chemiczne – okoliczności, objawy, pierwsza pomoc - Udar słoneczny i udar cieplny – objawy, pierwsza pomoc - Wychłodzenie i odmrożenie – przyczyny, pierwsza pomoc - Zapobieganie oparzeniom (środowisko domowe, małe dzieci)	- opisuje typowe okoliczności i objawy wystąpienia udarów termicznego i słonecznego - omawia sposoby udzielania pierwszej pomocy w przypadku udau słonecznego i termicznego - wyjaśnia, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w oparzeniach: - wyjaśnia pojęcie „oparzenie” - wymienia przyczyny i rodzaje oparzeń - omawia zasady postępowania w przypadku oparzenia termicznego i chemicznego - demonstruje metodę chłodzenia w przypadku oparzenia kończyn	- podaje przykłady sposobów zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci - proponuje działania zapobiegające odmrożeniom i nadmiernemu wychłodzeniu organizmu - szacuje powierzchnię oparzeń u dorosłych i dzieci - proponuje działania zapobiegające wystąpieniu udarów słonecznego i termicznego	III.14

		• wyjaśnia na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w przypadku odmrożeń i znacznego wychłodzenia organizmu		
8. Zadławienie, zawał serca, udar mózgu, cukrzyca, napad padaczkowy 1 h	• Pierwsza pomoc w przypadku: ○ zadławienia ○ zawału serca ○ udaru mózgu ○ napadu padaczkowego ○ hipo- lub hiperglikemii	• opisuje sposób udzielania pierwszej pomocy w przypadku : ○ zadławienia ○ zawału serca ○ udaru mózgu ○ napadu padaczkowego ○ hipo lub hiper glikemii • wymienia ich objawy	• stosuje schemat diagnostyczny FAST i prawidłowo interpretuje informacje zebrane przy jego pomocy	III.2 III.3 III.5 III.11
9. Tonięcie, porażenie prądem, zatrucie, wstrząs anafilaktyczny, ciało obce w oku, ukąszenie, użądlenie 1 h	• Pierwsza pomoc w przypadku: ○ zatrucia (pokarmowego, gazem, środkami psychoaktywnymi, alkoholem, lekami) ○ tonięcia ○ porażenia prądem ○ ukąszenia ○ użądlenia ○ wstrząsu anafilaktycznego ○ ciała obcego w oku	• opisuje sposób udzielania pierwszej pomocy w przypadku : ○ napadu duszności/ napadu astmy oskrzelowej ○ porażenia prądem ○ ukąszenia lub użądlenia ○ pogryzienia przez zwierzęta • wyjaśnia, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy we wstrząsie : ○ wymienia najważniejsze przyczyny wstrząsu ○ opisuje wynikające z niego zagrożenia ○ -stosuje zasady postępowania przeciwwstrząsowego • opisuje sytuacje, w jakich dochodzi do tonięcia; omawia zagrożenia związane z wodą • rozumie, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w zatruciach : ○ omawia zatrucie tlenkiem węgla (czadem), lekami i środkami odurzającymi;	• odtwarza etapy pomocy w podtopieniach; w sytuacji symulowanej podejmuje czynności pierwszej pomocy po wydobyciu poszkodowanego z wody (pozycja bezpieczna, zapobieganie zachłyśnięciu i wychłodzeniu) • wyjaśnia, jak zapobiegać tonięciu i wypadkom w zbiornikach wodnych	III.2 III.3 III.5

		- o opisuje zasady bezpieczeństwa w pomieszczeniach skażonych tlenkiem węgla, gazami toksycznymi • w sytuacji symulowanej podejmuje prawidłowe działania wobec osoby, u której podejrzewa się zatrucie		
R. 4. Kształtowanie postaw obronnych				
1. Wstęp do szkolenia strzeleckiego 1 h	• Zasady posługiwania się bronią • Zasady bezpieczeństwa na strzelnicy • Postawy strzeleckie • Zgrywanie przyrządów celowniczych	• zachowuje zasady bezpieczeństwa podczas posługiwania się bronią (BLOS) • przestrzega regulaminu strzelnicy • wykonuje polecenia prowadzącego strzelanie • przyjmuje postawy do strzelania z broni krótkiej i długiej (stojąc, klęcząc, leżąc) • opisuje indywidualne ochronniki wzroku i / lub słuchu • ładuje i odbezpiecza oraz zabezpiecza broń • zgrywa przyrządy celownicze	• wyjaśnia wpływ rodzaju przyrządów celowniczych i rodzaju amunicji na efekty strzelania • Wymienia konsekwencje przyjmowania nieprawidłowych postaw strzeleckich	IV.3
2. Terenoznawstwo 1 h	• Definicja terenoznawstwa • Planowanie trasy • Rodzaje map • Orientowanie się w terenie za pomocą kompasu, busoli, GPS i punktów charakterystycznych	• zna podstawy orientowania się w terenie • potrafi wskazywać kierunki stron świata za pomocą kompasu i GPS, • potrafi orientować się w terenie za pomocą charakterystycznych przedmiotów terenowych; • potrafi używać różnych rodzajów map do orientacji w terenie.	• umie zaplanować trasę przemarszu w terenie	IV.1
TEMAT DODATKOWY				
22. Profilaktyka zdrowotna – wybrane zagadnienia	• choroby cywilizacyjne • stres i sposoby walki z nim • wybrane problemy zdrowia psychicznego		• wymienia główne choroby cywilizacyjne oraz ich przyczyny • wymienia najskuteczniejsze sposoby zapobiegania chorobom cywilizacyjnym	

1 h	• depresja • zaburzenia odżywiania • uzależnienia behawioralne		• proponuje skuteczne sposoby ograniczające skutki stresu • wymienia typowe objawy depresji • proponuje sposoby uniknięcia najczęstszych uzależnień behawioralnych	
Razem: 29 h Powtórzenie i podsumowanie wiadomości po każdym rozdziale: 4 h Do dyspozycji nauczyciela: 2-3 h	•			