

Wymagania programowe na poszczególne oceny

1. Alarmowanie i ewakuacja

Ocena				
dopuszczająca [1]	dostateczna [1 + 2]	dobra [1 + 2 + 3]	bardzo dobra [1 + 2 + 3 + 4]	celująca [1 + 2 + 3 + 4+5]
Uczeń: - definiuje i rozpoznaje rodzaje alarmów oraz sygnałów alarmowych - charakteryzuje zasady zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu	Uczeń: - opisuje kluczowe elementy szkolnej instrukcji ewakuacji: - sygnały - drogi ewakuacji, wyjścia ewakuacyjne - miejsce zbiórki ewakuowanej ludności - zasady zachowania się uczniów podczas ewakuacji ze szkoły (internatu)	Uczeń: omawia zasady ewakuacji ludności	Uczeń: opisuje sposoby postępowania w przypadku odcięcia dróg ewakuacyjnych	Uczeń: redaguje treść komunikatu ostrzegawczego o zbliżającym się (wybrany) zagrożeniu dla miejscowości, w której mieszka

I. Podstawy pierwszej pomocy

Ocena				
dopuszczająca [1]	dostateczna [1 + 2]	dobra [1 + 2 + 3]	bardzo dobra [1 + 2 + 3 + 4]	celująca [1 + 2 + 3 + 4+5]
Uczeń: - podaje definicję i wymienia cele oraz zadania pierwszej pomocy - wymienia działania wchodzące w zakres pierwszej pomocy - potrafi rozpoznać osobę	Uczeń: - opisuje rolę układów: oddychania, krążenia i nerwowego dla prawidłowego funkcjonowania organizmu - podaje przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym i wodnym, w	Uczeń: - wyjaśnia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych - opisuje następstwa zaburzeń czynności tych układów	Uczeń: - potrafi zainstalować w telefonie komórkowym dostępny w miejscu zamieszkania system ostrzegania o lokalnych zagrożeniach - wymienia i opisuje	Uczeń: - należy do społecznych podmiotów współpracujących z systemami Państwowego Ratownictwa Medycznego lub Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego - uczestniczył w pozaszkolnych

• w stanie zagrożenia życia • opisuje wyposażenie apteczki pierwszej pomocy; wymienia przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce, np. domowej, samochodowej • opisuje zasady bezpiecznego postępowania w miejscu zdarzenia • prawidłowo wzywa pomoc • opisuje zasady postępowania z osobą nieprzytomną • systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej • opisuje metody udzielania pierwszej pomocy w urazach kończyn • omawia zasady postępowania przeciwwstrząsowego • wymienia objawy związane z najczęstszymi obrażeniami narządu ruchu • opisuje metody udzielania pierwszej pomocy w urazach kończyn • omawia zasady postępowania z poszkodowanymi, u których podejrzewa się uraz kręgosłupa • rozumie, na czym polega	przestrzeniach podziemnych, w lasach • wykonuje podstawowe czynności resuscytacji krążeniowo-oddechowej • wykonuje podstawowe czynności pierwszej pomocy w zadławieniu • przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć • wykonuje opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny oraz opatrunek uciskowy • wykonuje opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny oraz opatrunek uciskowy • omawia i stosuje zasady unieruchamiania złamań kości długich i stawów (zasada Potta) • wyjaśnia, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w oparzeniach • opisuje zagrożenia dla życia związane z utratą dużej ilości krwi w krótkim czasie (wstrząs)	• przeprowadza wywiad ratowniczy SAMPLE • opisuje podstawowe sposoby transportu poszkodowanych z miejsc niebezpiecznych • wymienia najczęstsze przyczyny utraty przytomności • opisuje znaczenie liter stanowiących skrót nazwy schematu oceny stanu poszkodowanego „A-B-C” • wymienia typowe objawy zwiastujące, poprzedzające omdlenie • wykonuje podstawowe opatrunki osłaniające w obrębie głowy i tułowia • zakłada opatrunek uciskowy na rany w obrębie głowy i tułowia • wymienia przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci • wyjaśnia cel doraźnego unieruchomienia kończyny (ograniczenie ruchu, zmniejszenie bólu, ograniczenie ryzyka pogłębiania urazu, umożliwienie bezpiecznego transportu) • opisuje działania ratownicze w przypadku ciała obcego w: oku, uchu, nosie	poszczególne ogniwa łańcucha przeżycia • opisuje sytuacje, w jakich można prowadzić resuscytację z wyłącznym uciskaniem klatki piersiowej • opisuje algorytm podstawowych czynności resuscytacyjnych u niemowląt i dzieci • praktycznie wykorzystuje w sytuacjach symulowanych automatyczny defibrylator (AED) • proponuje działania zapobiegające zadławieniu w typowych sytuacjach życia codziennego • omawia okoliczności i sposób zakładania opaski uciskowej	formach rywalizacji w ratownictwie medycznym
---	--	---	--	---

udzielanie pierwszej pomocy w zatruciach • opisuje typowe okoliczności i objawy wystąpienia udaru termicznego oraz udaru słonecznego • przedstawia metody przenoszenia poszkodowanych z urazem kręgosłupa • proponuje zastosowanie zastępczych środków opatrunkowych • w sytuacjach symulowanych prawidłowo unieruchamia kończynę po urazie w zastanej pozycji; wykorzystuje dostępny sprzęt do unieruchomienia złamanej kończyny • opisuje sposób udzielania pierwszej pomocy w przypadku: ○ zawału serca ○ udaru mózgu ○ napadu duszności ○ porażenia prądem ○ ukąszenia lub użądlenia ○ pogryzienia przez zwierzęta ○ napadu padaczkowego ○ hipo- lub hiperglikemii				
---	--	--	--	--

II. Zagrożenia i działania ratownicze

Ocena				
dopuszczająca [1]	dostateczna [1 + 2]	dobra [1 + 2 + 3]	bardzo dobra [1 + 2 + 3 + 4]	celująca [1 + 2 + 3 + 4+5]
Uczeń: - rozpoznaje zagrożenia i ich źródła - wymienia nazwy formacji służb działających na rzecz zwalczania skutków zagrożeń - wymienia główne przyczyny pożarów - opisuje zasady postępowania podczas pożaru - wymienia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas pożaru - wymienia rodzaje i zasady użycia podręcznego sprzętu gaśniczego - rozpoznaje znaki ochrony przeciwpożarowej - rozpoznaje znaki ewakuacji - omawia zasady zachowania się w przypadku zdarzeń terrorystycznych (np. w razie wtargnięcia uzbrojonej osoby do szkoły, centrum handlowego) - wymienia najczęstsze zagrożenia „przemocowe” występujące w szkole - wymienia rodzaje znaków substancji toksycznych i miejsca ich ekspozycji - wymienia przykładowe materiały, jakie można wykorzystywać jako	Uczeń: - wymienia społeczne podmioty działające na rzecz zwalczania skutków zagrożeń - potrafi dobrać odpowiedni rodzaj środka gaśniczego w zależności od rodzaju pożaru (np. płonąca patelnia, płonący komputer) - rozpoznaje i opisuje sposób użycia podręcznego sprzętu gaśniczego - charakteryzuje zagrożenia pożarowe w domu, szkole i najbliższej okolicy - przedstawia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas powodzi, pożaru lub innych klęsk żywiołowych - opisuje zakres i sposób przygotowania się do planowanej ewakuacji - opisuje zasady postępowania podczas powodzi, śnieżycy, zejścia lawiny • uzasadnia i proponuje skuteczne sposoby zapobiegania panice	Uczeń: - charakteryzuje działalność społecznych podmiotów ratowniczych, w tym: Ochotniczej Straży Pożarnej, Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego, Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego - wyjaśnia zadania tych służb - omawia zasady profilaktyki pożarowej - opisuje sposoby gaszenia najczęściej występujących pożarów (w zarodku) - wyjaśnia znaczenie pojęcia cyberprzemocy - opisuje procedury postępowania w przypadku jej wystąpienia - podaje przykłady najczęściej występujących okoliczności znalezienia niewypałów i niewybuchów - rozpoznaje znaki substancji toksycznych na pojazdach i budowlach - wyjaśnia zasady zaopatrzenia ludności ewakuowanej w wodę i żywność	Uczeń: - opisuje sposoby postępowania osób odciętych przez pożar od dróg ewakuacji - omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych - wskazuje niewłaściwe zachowania dotyczące cyberprzemocy i proponuje właściwą na nie reakcję	Uczeń: - należy do młodzieżowych struktur OSP, WOPR lub innych formacji ratowniczych - jest uczniem tzw. klas mundurowych • uczestniczył w pozaszkolnych formach rywalizacji z zakresu obrony cywilnej, ochrony p.poż. lub zarządzania kryzysowego

zastępcze środki ochrony dróg oddechowych i skóry - wymienia sposoby zabezpieczenia żywności i wody przed skażeniami - wyjaśnia znaczenie pojęć: odkażanie, dezaktywacja, dezynfekcja, deratyzacja - wyjaśnia, na czym polegają zabiegi specjalne i sanitarne - opisuje obowiązki pieszego i kierowcy podczas przejazdu pojazdu uprzywilejowanego				
--	--	--	--	--

III. System obrony państwa

Ocena				
dopuszczająca [1]	dostateczna [1 + 2]	dobra [1 + 2 + 3]	bardzo dobra [1 + 2 + 3 + 4]	celująca [1 + 2 + 3 + 4+5]
Uczeń: - rozdziela zagrożenia czasu pokoju i czasu wojny - opisuje istotę oraz wymienia elementy składowe systemu bezpieczeństwa, jego poszczególne instytucje, charakter związków między nimi - wymienia nazwy formacji służb mundurowych (w tym obrony terytorialnej) zapewniających bezpieczeństwo państwa; wyjaśnia zadania tych służb - rozpoznaje podstawowe typy uzbrojenia Sił Zbrojnych RP - rozpoznaje podstawowe typy	Uczeń: - omawia zadania, strukturę oraz wyposażenie Sił Zbrojnych RP - podaje przykłady zarządzeń, jakie mogą wydać władze w związku z kryzysem - wymienia i uzasadnia geopolityczne, militarne i gospodarcze aspekty bezpieczeństwa państwa - identyfikuje obiekty opatrzone międzynarodowymi znakami ochrony zabytków	Uczeń: - identyfikuje wyzwania dla bezpieczeństwa indywidualnego i zbiorowego, kategoryzuje je, przypisuje im właściwe znaczenie w kontekście bezpieczeństwa lokalnego i całego państwa - wymienia rodzaje świadczeń obywateli na rzecz obronności - wymienia elementy składowe systemu bezpieczeństwa państwa, jego poszczególne instytucje, charakter związków między nimi - określa zakres działania wybranych stowarzyszeń i organizacji, jak: Liga Obrony Kraju, Polski Czerwony Krzyż, Związek Strzelecki „Strzelec”	Uczeń: - wyjaśnia znaczenie pojęcia siatki bezpieczeństwa i infrastruktury krytycznej - wymienia zadania i kompetencje władz państwowych oraz samorządowych w zakresie obronności - wyjaśnia podstawowe zasady międzynarodowego prawa humanitarnego	Uczeń: - rozdziela stopnie wojskowe i policyjne - rozdziela stopnie Państwowej Straży Pożarnej - jest aktywnym członkiem organizacji skautowych lub proobronnych - jest członkiem grup rekonstrukcyjnych, klubów historyczno-kolekcjonerskich itp. - doskonali się w wybranej dyscyplinie (sporcie) przydatnej w zakresie obronności kraju (sporty walki, strzelectwo, lekkoatletyka, biegi na orientację, jeździectwo, sporty motorowe i motorowodne, pływanie, nurkowanie, spadochroniarstwo, survival, bushcraft, prepersing itp.)

uzbrojenia				•
------------	--	--	--	---

IV. Edukacja zdrowotna

Ocena				
dopuszczająca [1]	dostateczna [1 + 2]	dobra [1 + 2 + 3]	bardzo dobra [1 + 2 + 3 + 4]	celująca [1 + 2 + 3 + 4+5]
Uczeń: • wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie • opisuje podstawowe sygnały i objawy problemów ze zdrowiem psychicznym (stres fizyczny i emocjonalny, zaburzenia odżywiania, depresja kliniczna) • dobiera i demonstruje umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa, zachowania asertywne, negocjowanie) • wyjaśnia zagadnienia związane z właściwym, racjonalnym żywieniem • uzasadnia jego znaczenie dla zdrowia i rozwoju, w tym ochrony przed chorobami przewlekłymi • wyjaśnia zagadnienia związane z właściwą i racjonalną aktywnością fizyczną • wyjaśnia wpływ substancji psychoaktywnych na sprawność kierowcy	Uczeń: • wymienia czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych, jak: nadciśnienie tętnicze, cukrzyca, zaburzenia gospodarki lipidowej, otyłość • wyjaśnia zależności między zdrowiem fizycznym, zdrowiem psychicznym i zdrowiem emocjonalnym a zdrowiem społecznym • wymienia zachowania sprzyjające zdrowiu (prozdrowotne) oraz zagrażające zdrowiu; wśród zagrażających zdrowiu wskazuje te, które szczególnie często występują wśród nastolatków • opisuje konstruktywne i niekonstruktywne sposoby radzenia sobie z emocjami, w tym negatywnymi	Uczeń: • wyjaśnia związki między aktywnością fizyczną, zwyczajami żywieniowymi i dobrostanem emocjonalnym • odróżnia czynniki środowiskowe i społeczne (korzystne i szkodliwe), na które człowiek może mieć wpływ, od takich, na które wpływu mieć nie może • definiuje pojęcia bulimii i anoreksji • wyjaśnia następstwa tych chorób • analizuje objawy różnych rodzajów uzależnień behawioralnych, w tym uzależnienia od komputera, internetu, hazardu • wyjaśnia, w jaki sposób można unikać picia alkoholu, palenia tytoniu, brania dopalaczy • potrafi ocenić intensywność wysiłku fizycznego (np. na podstawie pomiaru częstości akcji serca w czasie i po wysiłku)	Uczeń: • analizuje wartość odżywczą produktów żywnościowych, np. na podstawie informacji o ich składzie umieszczanych przez producenta na opakowaniu • definiuje pojęcie wskaźnika masy ciała (BMI) i potrafi określić, do czego on służy • ocenia własne zachowania związane ze zdrowiem; ustala indywidualny plan działania na rzecz własnego zdrowia • ocenia własne zachowania związane ze zdrowiem, ustala indywidualny plan działania na rzecz własnego zdrowia	Uczeń: • układa własny, zbilansowany jadłospis na tydzień • proponuje zestaw ćwiczeń i aktywności ruchowej, dostosowany do własnych możliwości, na wybraną porę roku • jest uczestnikiem zorganizowanych form sportu, rekreacji lub wypoczynku (np. klub, sekcja)