

l.p.	Dział	Wymagania na poszczególne oceny				
		dopuszczający	dostateczny	dobry	Bardzo dobry	celujący
<b>Rozdział I Bezpieczeństwo państwa</b>						
1.	<b>Bezpieczny obywatel, bezpieczny naród, bezpieczne państwo</b>	– definiuje bezpieczeństwo jako stan i jako proces – wymienia podmioty odpowiadające za bezpieczeństwo kraju i jego obywateli	– wymienia rodzaje bezpieczeństwa	– wymienia rodzaje i dziedziny bezpieczeństwa państwa	– definiuje pojęcia ochrony i obrony narodowej	
2.	<b>Bezpieczeństwo Polski w stosunkach międzynarodowych</b>	– opisuje geopolityczne położenie Polski – omawia wybrane aspekty tego położenia dla bezpieczeństwa narodowego	– wymienia wybrane zagrożenia dla bezpieczeństwa we współczesnym świecie	– opisuje rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski – potrafi podać przykłady misji pokojowych w których brali udział Polacy	– wymienia przykłady polskiej aktywności na rzecz zachowania bezpieczeństwa (w ONZ, OBWE, NATO) – wymienia wybrane zagrożenia dla bezpieczeństwa Polski	– omawia historyczną ewolucję modelu bezpieczeństwa Polski – potrafi omówić najważniejsze cele głównych organizacji międzynarodowych do których należy Polska
<b>Rozdział II Postępowanie w sytuacjach zagrożeń</b>						
3.	<b>Źródła zagrożeń</b>	– wymienia przykłady nadzwyczajnych zagrożeń – wymienia numery alarmowe w Polsce i przypisuje je odpowiednim służbom	– omawia sposoby przeciwdziałania zagrożeniom	– wymienia podmioty działające na rzecz zwalczania skutków zagrożeń i tworzące system ratownictwa w Polsce – dokonuje podziału zagrożeń ze względu na źródło ich pochodzenia	– poszczególnym podmiotom ratowniczym przypisuje odpowiednie zadania	
4.	<b>Ostrzeganie o zagrożeniach i alarmowanie</b>	– rozróżnia sygnały alarmowe – omawia sposób ogłaszania i odwołania alarmów	– wymienia rodzaje komunikatów ostrzegawczych – wymienia środki alarmowe podstawowe i zastępcze	– wymienia sposoby przeciwdziałania panice	– opisuje sposób zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu lub wydaniu komunikatu ostrzegawczego	– charakteryzuje działanie i zadania systemu wykrywania skażeń i alarmowania
5.	<b>Ewakuacja</b>	– wyjaśnia termin „ewakuacja” i omawia jej znaczenie	– opisuje sposób zachowania się podczas ewakuacji z budynku – zna szkolną instrukcję ewakuacji	– uzasadnia znaczenie przeciwdziałania panice i podporządkowania się poleceniom służb ratowniczych	– opisuje sposób zaopatrywania w wodę i żywność podczas ewakuacji	

		– rozpoznaje znaki ewakuacyjne i informacyjne		– omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych	– rozróżnia rodzaje i stopnie ewakuacji	
6.	<b>Zagrożenia pożarowe</b>	– rozpoznaje znaki ochrony przeciwpożarowej	– wymienia główne przyczyny pożarów – opisuje zasady postępowania po dostrzeżeniu pożaru	– opisuje sposób obsługi gaśnic i hydrantu wewnętrznego – omawia przeznaczenie podręcznego sprzętu gaśniczego i jego rozmieszczenie np. w szkole	– wyjaśnia, jak gasić zarzewie ognia i odzież płonąca na człowieku – wie jak się zachować podczas zapalenia oleju na patelni	
7.	<b>Zagrożenia powodziowe</b>	– wymienia główne przyczyny powodzi i potrafi je opisać	– wymienia zadania państwa w zakresie ochrony przeciwpowodziowej – wyjaśnia, jak należy się zachowywać w czasie powodzi – wymienia na czym polega ochrona przeciwpowodziowa	– planuje niezbędne zapasy, które powinien zgromadzić dla swojej rodziny, aby przetrwać kilka dni w sytuacji kryzysowej – uzasadnia bezwzględny nakaz stosowania się do poleceń służb ratowniczych i sanitarnych w czasie powodzi – wie co należy zrobić w czasie ewakuacji	– opisuje zasady postępowania po opadnięciu wód powodziowych – omawia pojęcie: stan ostrzegawczy, stan alarmowy, dekontaminacja, pogotowie przeciwpowodziowe, alarm powodziowy,	
8.	<b>Ekstremalne warunki pogodowe</b>	– wymienia pogodowe zagrożenia dla bezpieczeństwa człowieka	– omawia sposoby ochrony przed niszczącymi skutkami upałów, wichury i gwałtownych burz	– opisuje praktyczne sposoby przeciwdziałania zagrożeniom podczas intensywnych opadów śniegu oraz ekstremalnie niskich temperatur	– potrafi scharakteryzować zagrożenia i zasady postępowania podczas: <ul style="list-style-type: none"> <li>• intensywnych opadów śniegu</li> <li>• ekstremalnie niskich temperatur</li> <li>• upałów</li> <li>• wichur</li> <li>• gwałtownych burz</li> </ul>	
9.	<b>Wypadki i katastrofy komunikacyjne. Uwolnienie niebezpiecznych substancji chemicznych</b>	– wymienia główne przyczyny wypadków komunikacyjnych	– opisuje zasady zachowania się po uwolnieniu substancji toksycznych – opisuje zagrożenia towarzyszące wypadkom	– omawia sposoby zapewnienia bezpieczeństwa uszkodzonym, ratownikowi, osobom postronnym na miejscu zdarzenia – wymienia czynności, które należy wykonać, aby ocenić sytuację na miejscu	– opisuje zasady kodowania informacji na tablicach ADR – omawia podstawowe zasady postępowania ratownika w miejscu zdarzenia (wypadek komunikacyjny)	– zna system segregacji rannych TRIAGE

				zdarzenia, i stosuje tę wiedzę w praktyce	– wyjaśnia znaczenie terminów, kolizja, katastrofa, wypadek	
10.	<b>Zagrożenia terrorystyczne</b>	– definiuje pojęcie terroryzm – rozumie konieczność powiadamiania służb porządkowych (policji, straży miejskiej) o podejrzenie zachowujących się osobach lub podejrzanych przedmiotach zauważonych w miejscach publicznych	– opisuje zasady zachowania się na wypadek: • strzelaniny • znalezienia się w sytuacji zakładniczej – zna główne przyczyny terroryzmu	– opisuje zasady zachowania się na wypadek: • ataku bombowego • ataku gazowego • otrzymania podejrzanej przesyłki – wymienia najczęstsze akty terroru	– omawia genezę i formy współczesnych aktów terroru	
11.	<b>Próbna ewakuacja</b>	– zna ogólne zasady postępowania po ogłoszeniu ewakuacji – rozpoznaje znaki ewakuacyjne, informacyjne i ochrony przeciwpożarowej	– prawidłowo wykonuje nakazane czynności	– wykazuje troskę o bezpieczeństwo własne i innych osób – zachowuje spokój i opanowanie	– zna treść szkolnej instrukcji ewakuacji	
<b>Rozdział III Podstawy pierwszej pomocy</b>						
12.	<b>Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy</b>	– wyjaśnia termin „pierwsza pomoc” – określa prawny i moralny obowiązek niesienia pomocy poszkodowanym	– wyjaśnia pojęcie „stan nagłego zagrożenia zdrowotnego” – wyjaśnia znaczenie czasu podczas udzielania pierwszej pomocy	– opisuje przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia – zna główne stany nagłego zagrożenia zdrowotnego	– wyjaśnia rolę układów: krążenia, nerwowego, oddechowego w utrzymaniu podstawowych funkcji życiowych	
13.	<b>Postępowanie w miejscu zdarzenia</b>	– demonstruje bezpieczny sposób zdejmowania rękawiczek jednorazowych – zna numery alarmowe	– poprawnie konstruuje komunikat wzywający pomoc fachową – wskazuje sposób zabezpieczenia się ratownika w kontakcie z poszkodowanym	– podaje przykład aplikacji na telefon pomocnej w udzielaniu pierwszej pomocy – opisuje wybrane sposoby transportu osób przytomnych i nieprzytomnych	– wymienia czynności, które na miejscu zdarzenia należy podjąć w trosce o bezpieczeństwo: świadka, ratownika, poszkodowanych, miejsca zdarzenia i pozostałych osób	
14.	<b>Pomoc osobie nieprzytomnej</b>	– wyjaśnia pojęcie „nagłe zatrzymanie krążenia” – ocenia stan świadomości poszkodowanego – umiejętnie stosuje folię NRC	– ocenia bezpieczeństwo miejsca wypadku – udrażnia drogi oddechowe (rękoczynem czoło–żuchwa)	– ocenia stan poszkodowanego wg schematu ABC – układa poszkodowanego nieprzytomnego, ale	– wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej – potrafi przeprowadzić wywiad SAMPLE	

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- sprawdza, czy poszkodowany oddycha</li> <li>- wymienia objawy utraty przytomności</li> <li>- wymienia ogniwa łańcucha przeżycia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>oddychającego, w pozycji bezpiecznej</li> <li>- wymienia główne przyczyny omdlenia</li> <li>- opisuje ogniwa łańcucha przeżycia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zapewnia poszkodowanemu ochronę termiczną</li> <li>- wyjaśnia, kiedy można zastosować odwrócony schemat CAB</li> <li>- udziela pierwszej pomocy w przypadku omdlenia</li> <li>- charakteryzuje objawy zwiastujące omdlenie</li> </ul>	
15.	<b>Resuscytacja krążeniowo-oddechowa</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wymienia warunki i czynniki zapewniające realizację RKO na wysokim poziomie skuteczności</li> <li>- stosuje środki ochrony osobistej podczas wykonywania RKO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia algorytm ratowniczy RKO u dorosłych i dzieci</li> <li>- wymienia objawy NZK</li> <li>- zna przyczyny NZK</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- definiuje pojęcie „resuscytacja krążeniowo-oddechowa”</li> <li>- przedstawia zalety zastosowania AED w akcji ratowniczej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- opisuje znaczenie RKO w akcji ratowniczej</li> <li>- opisuje działanie i obsługę automatycznego defibrylatora zewnętrznego</li> <li>- potrafi wykorzystać AED w praktyce</li> <li>- wykonuje pełen cykl RKO na manekinie dorosłego i niemowlęcia (samodzielnie i w parze)</li> </ul>	
16.	<b>Apteczka pierwszej pomocy</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia przeznaczenie i podstawowe typy apteczek pierwszej pomocy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wlicza przedmioty wchodzące w skład apteczki pierwszej pomocy: <ul style="list-style-type: none"> <li>• samochodowej</li> <li>• turystycznej</li> <li>• domowej</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- proponuje improwizowane środki opatrunkowe, zależnie od rodzaju zranienia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- opisuje zasady doboru i przechowywania składników apteczki pierwszej pomocy</li> </ul>	
17.	<b>Tamowanie krwotoków</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- stosuje rękawiczki ochronne podczas opatrywania ran</li> <li>- bezpiecznie zdejmuje rękawiczki ochronne</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia pojęcia: rana, krwotok, opatrunek uciskowy, opatrunek osłaniający</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wymienia rodzaje krwotoków i charakteryzuje je</li> <li>- wykonuje w obrębie kończyny opatrunki uciskowe i osłaniające</li> <li>- wie kiedy może zastosować opaskę uciskową</li> <li>- potrafi opisać pierwszą pomoc przy krwotokach</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykonuje opatrunek zależnie od miejsca zranienia (inne niż kończyna)</li> <li>- demonstruje sposób tamowania krwotoku z nosa</li> <li>- potrafi wykonać opatrunek z ciałem obcym w ranie</li> <li>- potrafi założyć opaskę uciskową</li> </ul>	
18.	<b>Złamania i zwichnięcia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zakłada temblak</li> <li>- podaje przykłady zapobiegania urazom</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia zasady postępowania w przypadku podejrzenia urazów kręgosłupa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia pojęcia: złamanie, zwichnięcie, skręcenie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna i stosuje zasady doraźnego unieruchomienia kości i stawów</li> </ul>	

		w domu, w pracy, podczas rekreacji i w sporcie	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wie jakie są typowe objawy złamania</li> <li>- zna objawy zwichnięć i skręceń</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- opisuje najczęstsze okoliczności urazów kręgosłupa</li> <li>- wie jakie są rodzaje złamań</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi udzielić pomocy poszkodowanemu w przypadku złamań, zwichnięć i skręceń</li> </ul>	
19.	<b>Oparzenia i odmrożenia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- demonstruje sposób schładzania oparzonej kończyny</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia zasady postępowania ratowniczego w przypadkach: <ul style="list-style-type: none"> <li>• oparzeń termicznych</li> </ul> </li> <li>- wie jak postępować w przypadku zapalenia oleju w kuchni</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia pojęcia: oparzenie, udar słoneczny, udar cieplny, odmrożenie, wychłodzenie</li> <li>- omawia zasady postępowania ratowniczego w przypadkach: <ul style="list-style-type: none"> <li>• oparzeń termicznych</li> <li>• oparzeń środkami chemicznymi</li> <li>• wychłodzenia organizmu i odmrożeń</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- proponuje skuteczne sposoby zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci</li> <li>- wymienia czynniki sprzyjające wychłodzeniu</li> <li>- zna stopnie oparzeń i odmrożeń i potrafi je scharakteryzować</li> </ul>	
20.	<b>Inne groźne przypadki</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia sposoby zapewnienia bezpieczeństwa ratownika w wypadkach: <ul style="list-style-type: none"> <li>• zadławienia</li> <li>• zawału serca</li> <li>• udaru mózgu</li> <li>• napadu padaczkowego</li> <li>• ciała obcego w oku</li> <li>• zatrucia</li> <li>• tonięcia</li> <li>• porażenia prądem</li> <li>• ukąszenia</li> <li>• użądlenia</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wie jakie są przyczyny: <ul style="list-style-type: none"> <li>• zadławienia</li> <li>• zawału serca</li> <li>• udaru mózgu</li> <li>• napadu padaczkowego</li> <li>• ciała obcego w oku</li> <li>• zatrucia</li> <li>• tonięcia</li> <li>• porażenia prądem</li> <li>• ukąszenia</li> <li>• użądlenia</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia objawy w przypadkach: <ul style="list-style-type: none"> <li>• zadławienia</li> <li>• zawału serca</li> <li>• udaru mózgu</li> <li>• napadu padaczkowego</li> <li>• ciała obcego w oku</li> <li>• zatrucia</li> <li>• tonięcia</li> <li>• porażenia prądem</li> <li>• ukąszenia</li> <li>• użądlenia</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia i stosuje w praktyce sposób udzielania pierwszej pomocy w przypadkach: <ul style="list-style-type: none"> <li>• zadławienia <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ omawia schemat postępowania w przypadku zadławienia</li> <li>▪ wykonuje na manekinie rękoczynny ratunkowe w przypadku zadławienia</li> <li>▪ wymienia przykłady zapobiegających zadławieniu u małych dzieci</li> </ul> </li> <li>• zawału serca</li> <li>• udaru mózgu</li> <li>• napadu padaczkowego</li> <li>• ciała obcego w oku</li> <li>• zatrucia</li> <li>• tonięcia</li> </ul> </li> </ul>	

					<ul style="list-style-type: none"> <li>• porażenia prądem</li> <li>• ukąszenia</li> <li>• użądlenia</li> </ul>	
<b>Rozdział IV Profilaktyka zdrowotna</b>						
21.	<b>Zdrowie jako wartość. Zasady zdrowego stylu życia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– definiuje zdrowie</li> <li>– wymienia zachowania prozdrowotne</li> <li>– określa rzetelne źródła informacji o zdrowiu oraz świadczeniach i usługach medycznych</li> <li>– potrafi obliczyć współczynnik BMI</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wymienia zachowania szkodliwe dla zdrowia (ryzykowne) i wskazuje te, które szczególnie często występują wśród nastolatków</li> <li>– analizuje i ocenia własne zachowania i możliwości związane ze zdrowiem</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– opisuje przewidywane skutki zachowań korzystnych i niekorzystnych dla zdrowia, zarówno te krótko-, jak i długofalowe</li> <li>– wymienia wyznaczniki stanu ludzkiego organizmu i opisuje sposoby ich kontrolowania</li> <li>– zna i omawia zasadę 3x30x130</li> <li>– zna wpływ snu na organizm człowieka</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym a społecznym</li> <li>– wymienia czynniki mające wpływ na zdrowie i różnicuje je na takie, które są niezależne od człowieka, i takie, na które ma on całkowity wpływ</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– proponuje indywidualny plan żywieniowy, treningowy, program aktywnego wypoczynku oraz inne, istotne działania, sprzyjające jego prawidłowemu funkcjonowaniu w środowisku przyrodniczym i społecznym</li> </ul>
22.	<b>Choroby cywilizacyjne</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wymienia główne przyczyny chorób cywilizacyjnych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wymienia główne choroby cywilizacyjne z podziałem na choroby somatyczne i zdrowia psychicznego</li> <li>– zna definicję anoreksji i depresji</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie</li> <li>– proponuje sposoby zapobiegania chorobom cywilizacyjnym</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– proponuje zestaw działań łagodzących skutki stresu</li> <li>– omawia objawy depresji, anoreksji i uzależnień behawioralnych</li> <li>– zna przykłady uzależnień behawioralnych i potrafi omówić kilka z nich</li> </ul>	
23.	<b>Komunikacja interpersonalna w trosce o zdrowie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– omawia znaczenie prawidłowej komunikacji interpersonalnej</li> <li>– wyjaśnia znaczenie terminów „komunikacja werbalna” i „komunikacja niewerbalna”</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wymienia zasady asertywności, dobrej komunikacji</li> <li>– odmawia stanowczo i z zachowaniem wysokiej kultury</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– charakteryzuje strefy dystansu komunikacyjnego</li> <li>– buduje komunikaty asertywne</li> <li>– wymienia zasady aktywnego słuchania</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wymienia i świadomie wykorzystuje elementy komunikacji niewerbalnej</li> <li>– proponuje rozwiązania spornych kwestii zgodnie z zasadami negocjacji</li> <li>– wymienia najczęstsze zakłócenia w komunikacji interpersonalnej oraz bariery komunikacyjne</li> </ul>	

Uwagi dotyczące oceniania na każdym poziomie wymagań:

- aby uzyskać kolejną, wyższą ocenę, uczeń musi opanować zasób wiedzy i umiejętności z poprzedniego poziomu
- uczeń jest zobowiązany doskonalić umiejętność pierwszej pomocy przedmedycznej

Kryteria oceniania zostały opracowane na podstawie programu nauczania edukacji dla bezpieczeństwa Nowa Era autora Jarosława Słomy