

Na ocenę **dopuszczającą** uczeń potrafi:

Dział 1. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc.

- wyjaśnić zasady zachowania się ratujących (świadców zdarzenia) w miejscu wypadku.
- rozpoznać osobę w stanie zagrożenia życia;
- unikać narażania własnego zdrowia na niebezpieczeństwo;
- ocenić własne możliwości;
- wezwać odpowiednią pomoc.
- ocenić przytomność poszkodowanego;
- ocenić czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund);
- systematycznie ponawiać ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej;
- udzielić drogi oddechowej rękoczynem czoło–żuchwa;
- ułożyć osobę nieprzytomną w pozycji bezpiecznej;
- rozpoznać czynności życiowe poszkodowanego lub ich brak;
- postępować według poznanego schematu ratowniczego;
- wykonać na manekinie uciski klatki piersiowej;
- wykonać na manekinie rękoczyny ratunkowe w przypadku zadławienia;
- wymienić środki stanowiące wyposażenie apteczki pierwszej pomocy;
- wyjaśnić zastosowanie poszczególnych materiałów opatrunkowych;
- wykonać opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny;
- posługiwać się chustą trójkątną podczas opatrywania ran i unieruchamiania kończyn;
- bezpiecznie zdjąć rękawiczki ochronne;
- wykonać opatrunek uciskowy;
- zatamować krwotok za pomocą opatrunku;
- zastosować unieruchomienie obłożeniowe;
- zademonstrować metodę chłodzenia w przypadku oparzenia kończyny;
- wezwać odpowiednią pomoc.

- udzielić pomocy w przypadku odmrożenia miejscowego;
- wymienić zagrożenia dla osoby nieprzytomnej;

Dział 2. Edukacja zdrowotna.

- wymienić zachowania, które sprzyjają zdrowiu (prozdrowotne) oraz zagrażają zdrowiu, a także wskazać te, które szczególnie często występują wśród nastolatków.
- dobrać i zademonstrować umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa).

Dział 3. Bezpieczeństwo państwa.

- wymienić składniki bezpieczeństwa państwa.
- orientować się w geopolitycznych uwarunkowaniach bezpieczeństwa, wynikających z położenia Polski.

Dział 4. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń.

- rozróżnić poszczególne sygnały alarmowe i środki alarmowe;
- omówić zasady właściwego zachowania się w razie uruchomienia sygnałów alarmowych;
- zachować się po ogłoszeniu alarmu w szkole.
- wymienić przykłady zagrożeń związanych z wystąpieniem powodzi;
- podać zasady postępowania w razie zagrożenia powodzią.
- scharakteryzować zagrożenia pożarowe w domu, szkole i najbliższej okolicy;
- rozpoznać i prawidłowo zareagować na sygnał alarmu o pożarze w szkole.
- wymienić przykłady nadzwyczajnych zagrożeń wywołanych przez człowieka.
- wymienić przykłady zagrożeń środowiskowych;
- opisać pożądane zachowania ludności w sytuacji zagrożeń chemicznych.
- wymienić przykłady zagrożeń środowiskowych mogących być przyczyną ewakuacji.
- omówić zasady postępowania w sytuacji wystąpienia zdarzenia terrorystycznego.

Na ocenę **dostateczną** uczeń potrafi:

Dział 1. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc.

- uzasadnić znaczenie udzielania pierwszej pomocy;
- omówić zasady zabezpieczenia miejsca wypadku.
- omówić zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika;

- wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku;
- rozpoznać u osoby stan zagrożenia życia;
- wyjaśnić mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej;
- postępować według poznanego schematu ratunkowego;
- udzielić pomocy osobie omdlałej;
- wymienić zagrożenia dla osoby nieprzytomnej.
- wykonać na manekinie uciski klatki piersiowej i oddech zastępczy, samodzielnie i we współpracy z drugą osobą.
- zastosować poznany schemat ratunkowy;
- wymienić przykłady działań zapobiegających zadławieniu u małych dzieci.
- wymienić przedmioty, jakie powinny znaleźć się w apteczce domowej;
- opatrzyć rany kończyn chustą trójkątną;
- zastosować podstawowe zasady opatrywania ran;
- zastosować właściwe opatrunki w zależności od rodzaju urazu i umiejscowienia rany.
- wyjaśnić, jak rozpoznać krwotok zewnętrzny;
- opisać opatrunek uciskowy.
- stosować zasady unieruchamiania doraźnego kości i stawów.
- wyjaśnić, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w oparzeniach;
- wymienić przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci.
- wyjaśnić, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w odmrożeniach.
- rozpoznać u osoby stan zagrożenia życia;
- przedstawić metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas lekcji.

Dział 2. Edukacja zdrowotna

- ocenić własne zachowania związane ze zdrowiem.
- dobrać i zademonstrować umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa, zachowania asertywne, negocjowanie).

Dział 3. Bezpieczeństwo państwa

- wyjaśnić, co rozumie przez pojęcie „bezpieczne państwo”.
- wymienić czynniki mające wpływ na bezpieczeństwo Polski.

Dział 4. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń

- omówić sposób zachowania się uczniów po usłyszeniu sygnału alarmu;
- wskazać drogi ewakuacji w szkole.
- omówić znaczenie kolorów stosowanych w ratownictwie powodziowym.
- omówić zasady zachowania się podczas pożarów;
- omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożeń cywilizacyjnych;
- uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratunkowych.
- opisać zasady postępowania w razie uwolnienia niebezpiecznych środków chemicznych.
- przedstawić obowiązki ludności w sytuacjach wymagających ewakuacji.
- przedstawić zasady zachowania się ludności w sytuacji pojawienia się grupy antyterrorystycznej.

Na ocenę **dobrą** uczeń potrafi:

Dział 1. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc.

- przedstawić metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć.
- rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej;
- podać przykład aplikacji na telefon komórkowy wspierającej udzielanie pierwszej pomocy;
- wskazać sposoby zabezpieczenia się przed zakażeniem w kontakcie z krwią i płynami ustrojowymi, stosowania uniwersalnych środków ochrony osobistej.
- omówić zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika;
- odwrócić na plecy poszkodowanego leżącego na brzuchu, gdy zachodzi taka konieczność;
- rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej.
- wyjaśnić mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej;
- wymienić najczęstsze przyczyny zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego;
- omówić uniwersalny algorytm w nagłym zatrzymaniu krążenia;
- wyjaśnić pojęcie „nagłe zatrzymanie krążenia”.
- wyjaśnić pojęcie i mechanizm zadławienia;
- postępować według poznanego schematu ratunkowego.

- wymienić przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce przygotowanej na wyprawę turystyczną;
- omówić zasady pierwszej pomocy w urazach kończyn;
- wymienić przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce samochodowej;
- wykonać opatrunek osłaniający na ranę głowy, szyi, twarzy, klatki piersiowej i jamy brzusznej.
- ułożyć poszkodowanego w odpowiedniej pozycji, w zależności od umiejscowienia urazu.
- wykorzystać podręczne środki do unieruchomienia urazu.
- scharakteryzować stopnie oparzeń termicznych;
- omówić zasady postępowania w przypadku oparzenia termicznego.
- omówić zasady postępowania w przypadku odmrożenia miejscowego;
- wyjaśnić pojęcia: „odmrożenie”, „wychłodzenie”.
- udzielić pomocy osobie porażonej prądem;
- omówić zasady postępowania w zależności od sytuacji urazowej.

Dział 2. Edukacja zdrowotna

- odróżnić czynniki środowiskowe i społeczne (korzystne i szkodliwe), na które człowiek może mieć wpływ, od takich, na które nie może mieć wpływu;
- wyjaśnić wpływ stresu na zdrowie.
- ustalić indywidualny plan działania uwzględniający rozwój umiejętności komunikacji interpersonalnej.

Dział 3. Bezpieczeństwo państwa.

- wymienić i scharakteryzować podstawowe pojęcia związane z bezpieczeństwem państwa.
- wymienić organizacje międzynarodowe i przedstawić ich rolę w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski.

Dział 4. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń.

- omówić rodzaje alarmów;
- wymienić zasady ostrzegania ludności o zagrożeniach;
- wyjaśnić zasady zachowania się ludności po usłyszeniu sygnału alarmowego.
- omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji wystąpienia powodzi.
- wskazać w szkole miejsca szczególnie zagrożone wystąpieniem pożaru i uzasadnić swój wybór.
- omówić zasady zachowania się podczas wypadków i katastrof komunikacyjnych, technicznych i innych.

- omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożenia substancjami toksycznymi.
- uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożenia.
- omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji wystąpienia zdarzenia terrorystycznego.

Na ocenę **bardzo dobrą** uczeń potrafi:

Dział 1. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc.

- wyjaśnić znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy przez świadka zdarzenia;
- podać przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach.
- wyjaśnić pojęcie „stan zagrożenia życia”;
- rozpoznać potencjalne źródła zagrożeń w kontakcie z poszkodowanym.
- wymienić objawy utraty przytomności;
- wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku;
- podać przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach.
- wykazać związek między utratą przytomności a zagrożeniem życia;
- wymienić przyczyny i objawy nagłych zapaść i utraty przytomności.
- opisać zastosowanie automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED);
- wykazać wpływ zastosowania AED na zwiększenie skuteczności akcji resuscytacyjnej;
- wymienić oznaki nagłego zatrzymania krążenia.
- omówić schemat postępowania w przypadku zadławienia.
- wyjaśnić pojęcie rany;
- wskazać zależność między sposobem opatrzenia rany a jej gojeniem się;
- zaplanować wyposażenie apteczki dla kilkuosobowej grupy na wyprawę turystyczną w zależności od pory roku.
- wyjaśnić pojęcia: „rana”, „krwotok”;

- wyjaśnić, dlaczego silny krwotok zagraża życiu.
- wyjaśnić pojęcie „złamanie”;
- wymienić przyczyny urazów kostno-stawowych.
- omówić skutki działania wysokiej temperatury na organizm człowieka;
- wyjaśnić pojęcie „oparzenie”.
- przedstawić metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas lekcji.
- podać przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach;
- wyjaśnić, jak należy udzielać pomocy podczas kąpieli, załamania lodu, porażenia prądem.

Dział 2. Edukacja zdrowotna.

- omówić krótkoterminowe i długoterminowe skutki zachowań sprzyjających (prozdrowotnych) i zagrażających zdrowiu;
- wyjaśnić zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym i społecznym.
- ustalić, co sam może zrobić, aby stworzyć warunki środowiskowe i społeczne, które są korzystne dla zdrowia, a także służące rozwojowi komunikacji interpersonalnej.

Dział 3. Bezpieczeństwo państwa.

- określić istotę problemu bezpieczeństwa.
- omówić filary współczesnego bezpieczeństwa Polski.

Dział 4. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń.

- omówić rolę różnych służb i innych podmiotów;
- uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów;
- omówić rodzaje alarmów.
- uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratowniczych.
- wyjaśnić najczęstsze przyczyny powstawania pożarów;
- uzasadnić celowość przestrzegania zasad ochrony przeciwpożarowej.
- opisać rodzaje zagrożeń związanych z działalnością człowieka;
- omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożeń cywilizacyjnych.
- wymienić przykłady nadzwyczajnych zagrożeń wywołanych przez człowieka;
- zaplanować kolejność działań domowników w sytuacji zagrożenia chlorem gazowym.
- zaplanować ewakuację rodziny na wypadek klęski żywiołowej;

- uzasadnić potrzebę przeciwdziałania panice.
- uzasadnić potrzebę przeciwdziałania panice.

Na ocenę **celującą** uczeń potrafi:

Dział 1. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc.

- przedstawić rolę świadka zdarzenia w pierwszej pomocy;
- ocenić zachowanie się świadków zdarzenia (ratujących) na miejscu wypadku.
- uzasadnić, że prawidłowe wezwanie pomocy może mieć istotne znaczenie dla ratowania życia poszkodowanych;
- scharakteryzować poszczególne ogniwa łańcucha ratunkowego;
- wskazać przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia.
- dowieść konieczności udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego;
- wyjaśnić rolę układu nerwowego, układu krwionośnego i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych.
- wyjaśnić rolę układu nerwowego, układu krwionośnego i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych;
- omówić zasady postępowania z osobą nieprzytomną.
- uzasadnić konieczność udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego;
- wymienić warunki i czynniki zapewniające resuscytację wysokiej jakości.
- uzasadnić konieczność udzielania pierwszej pomocy w przypadku zakrztuszenia lub zadławienia.
- uzasadnić konieczność opatrywania ran;
- rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku.
- wyjaśnić zagrożenie związane z silnym krwotokiem;
- rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku.
- wymienić przykłady zapobiegania urazom w sporcie, w domu, w pracy.
- przedstawić metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas lekcji.

- scharakteryzować stopnie odmrożeń;
- omówić skutki działania niskiej temperatury na organizm człowieka.
- rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku.

Dział 2. Edukacja zdrowotna.

- wymienić rzetelne źródła informacji o zdrowiu, chorobach, świadczeniach i usługach zdrowotnych.
- zaplanować rozwój umiejętności komunikacji interpersonalnej, uwzględniającej zachowania asertywne oraz negocjacje.

Dział 3. Bezpieczeństwo państwa.

- podjąć dyskusję na temat bezpieczeństwa państwa.
- omówić rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski.

Dział 4. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń.

- uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów;
- uzasadnić przydatność znajomości sygnałów alarmowych.
- wyjaśnić, dlaczego na terenach powodziowych należy przeciwdziałać panice.
- uzasadnić potrzebę przeciwdziałania panice;
- planować postępowanie uczniów po usłyszeniu sygnału o pożarze.
- opisać miejsca eksponowania znaków substancji toksycznych.
- omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w czasie prowadzenia ewakuacji z terenu zagrożonego.
- uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb biorących udział w zdarzeniu antyterrorystycznym.