

PRZEDMIOTOWY SYSTEM OCENIANIA

Nr i temat lekcji	Ocena dopuszczająca	Ocena dostateczna	Ocena dobra	Ocena bardzo dobra	Ocena celująca
	Uczeń potrafi:				
Dział 1. Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach					
1. Istota udzielania pierwszej pomocy	wyjaśnić zasady zachowania się ratujących (świadków zdarzenia) w miejscu wypadku.	- uzasadnić znaczenie udzielania pierwszej pomocy; - omówić zasady zabezpieczenia miejsca wypadku.	przedstawić metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć.	- 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.	- przedstawić rolę świadka zdarzenia w pierwszej pomocy; - ocenić zachowanie się świadków zdarzenia (ratujących) na miejscu wypadku.
2. Łańcuch ratunkowy – nie masz prawa go zerwać	- rozpoznać osobę w stanie zagrożenia życia; - unikać narażania własnego zdrowia na niebezpieczeństwo; - ocenić własne możliwości; - wezwać odpowiednią pomoc.	- omówić zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika; - wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku;	- rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej; - podać przykład aplikacji na telefon komórkowy wspierającej udzielanie pierwszej pomocy; - wskazać sposoby zabezpieczenia się przed	- wyjaśnić pojęcie „stan zagrożenia życia”; - rozpoznać potencjalne źródła zagrożeń w kontakcie z poszkodowanym.	- uzasadnić, że prawidłowe wezwanie pomocy może mieć istotne znaczenie dla ratowania życia poszkodowanych; - scharakteryzować poszczególne ogniwa

AUTOR: Bogusława Breitkopf

			zakażeniem w kontakcie z krwią i płynami ustrojowymi, stosowania uniwersalnych środków ochrony osobistej.		łańcucha ratunkowego; • wskazać przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenie stanu zdrowia lub zagrożenia życia.
3. Ocena stanu poszkodowanego	• ocenić przytomność poszkodowanego; • ocenić czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); • udrożnić drogi oddechowe rękoczynem czoło–żuchwa; • systematycznie ponawiać ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej; • wezwać odpowiednią pomoc.	• rozpoznać u osoby stan zagrożenia życia; • wyjaśnić mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; • postępować według poznanego schematu ratunkowego.	• omówić zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika; • odwrócić na plecy poszkodowanego leżącego na brzuchu, gdy zachodzi taka konieczność; • rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej.	• wymienić objawy utraty przytomności; • wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; • podać przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach.	• dowiedzieć konieczności udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; • wyjaśnić rolę układu nerwowego, układu krwionośnego i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych.
4. Postępowanie	• ocenić przytomność poszkodowanego;	• postępować według poznanego schematu	• wyjaśnić mechanizm niedrożności dróg	• wykazać związek między utratą	• wyjaśnić rolę układu nerwowego, układu

AUTOR: Bogusława Breitkopf

podczas utraty przytomności i zasłabnięć	• udrożnić drogi oddechowe rękoczynem czoło–żuchwa; • ocenić czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); • systematycznie ponawiać ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej; • ułożyć osobę nieprzytomną w pozycji bezpiecznej; • wezwać odpowiednią pomoc.	ratunkowego; • udzielić pomocy osobie omdlałej; • wymienić zagrożenia dla osoby nieprzytomnej.	oddechowych u osoby nieprzytomnej; • omówić zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika.	przytomności a zagrożeniem życia; • wymienić przyczyny i objawy nagłych zasłabnięć i utraty przytomności.	krwionośnego i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych; • omówić zasady postępowania z osobą nieprzytomną.
5. Pierwsza pomoc w zaburzeniach oddychania i krążenia	• rozpoznać czynności życiowe poszkodowanego lub ich brak; • postępować według poznanego schematu ratowniczego; • wykonać na manekinie uciski klatki piersiowej; • wezwać odpowiednią	• wykonać na manekinie uciski klatki piersiowej i oddech zastępczy, samodzielnie i we współpracy z drugą osobą.	• wymienić najczęstsze przyczyny zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; • omówić uniwersalny algorytm w nagłym zatrzymaniu krążenia; • wyjaśnić pojęcie „nagłe zatrzymanie krążenia”.	• opisać zastosowanie automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED); • wykazać wpływ zastosowania AED na zwiększenie skuteczności akcji resuscytacyjnej; • wymienić oznaki	• uzasadnić konieczność udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; • wymienić warunki i czynniki zapewniające

	pomoc.			nagłego zatrzymania krążenia.	resuscytację wysokiej jakości.
6. Ciała obce w organizmie	- wykonać na manekinie rękoczynny ratunkowy w przypadku zadławienia; - wezwać odpowiednią pomoc.	- zastosować poznany schemat ratunkowy; - wymienić przykłady działań zapobiegających zadławieniu u małych dzieci.	- wyjaśnić pojęcie i mechanizm zadławienia; - postępować według poznanego schematu ratunkowego.	omówić schemat postępowania w przypadku zadławienia.	uzasadnić konieczność udzielania pierwszej pomocy w przypadku zakrztuszenia lub zadławienia.
7. Pierwsza pomoc w zranieniach, skaleczeniach i ranach	- 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 opatrzywania ran i unieruchamiania kończyn; - bezpiecznie zdjąć rękawiczki ochronne;	- wymienić przedmioty, jakie powinny znaleźć się w apteczce domowej; - opatrzyć rany kończyn chustą trójkątną; - zastosować podstawowe zasady opatrzywania ran; - zastosować właściwe opatrunki w zależności od rodzaju urazu i umiejscowienia rany.	- 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.	- wyjaśnić pojęcie rany; - wskazać zależność między sposobem opatrzenia rany a jej gojeniem się; - zaplanować wyposażenie apteczki dla kilkusobowej grupy na wyprawę turystyczną w zależności od pory roku.	- uzasadnić konieczność opatrzywania ran; - rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku.

AUTOR: Bogusława Breitkopf

	• wezwać odpowiednią pomoc.				
8. Tamowanie krwotoków	• wykonać opatrunek uciskowy; • zatamować krwotok za pomocą opatrunku; • wezwać odpowiednią pomoc; • bezpiecznie zdjąć rękawiczki ochronne.	• wyjaśnić, jak rozpoznać krwotok zewnętrzny; • opisać opatrunek uciskowy.	• ułożyć poszkodowanego w odpowiedniej pozycji, w zależności od umiejscowienia urazu.	• wyjaśnić pojęcia: „rana”, „krwotok”; • wyjaśnić, dlaczego silny krwotok zagraża życiu.	• wyjaśnić zagrożenie związane z silnym krwotokiem; • rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku.
9. Urazy kości i uszkodzenia stawów	• zastosować unieruchomienie obłożeniowe; • wezwać odpowiednią pomoc.	• stosować zasady unieruchamiania doraźnego kości i stawów.	• wykorzystać podręczne środki do unieruchomienia urazu.	• wyjaśnić pojęcie „złamanie”; • wymienić przyczyny urazów kostno-stawowych.	• wymienić przykłady zapobiegania urazom w sporcie, w domu, w pracy.
10. Wpływ wysokiej temperatury na organizm człowieka	• zademonstrować metodę chłodzenia w przypadku oparzenia kończyny; • wezwać odpowiednią pomoc.	• wyjaśnić, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w oparzeniach; • wymienić przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska	• scharakteryzować stopnie oparzeń termicznych; • omówić zasady postępowania w przypadku oparzenia termicznego.	• 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.

		domowego i małych dzieci.			
11. Wpływ niskiej temperatury na organizm człowieka	• udzielić pomocy w przypadku odmrożenia miejscowego; • wezwać odpowiednią pomoc.	• wyjaśnić, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w odmrożeniach.	• omówić zasady postępowania w przypadku odmrożenia miejscowego; • wyjaśnić pojęcia: „odmrożenie”, „wychłodzenie”.	• 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.
12. Postępowanie w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia	• rozpoznać stan poszkodowanego, sprawdzić czynności życiowe; • wymienić zagrożenia dla osoby nieprzytomnej; • wezwać odpowiednią pomoc.	• rozpoznać u osoby stan zagrożenia życia; • przedstawić metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas lekcji.	• udzielić pomocy osobie porażonej prądem; • omówić zasady postępowania w zależności od sytuacji urazowej.	• podać przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach; • wyjaśnić, jak należy udzielać pomocy podczas kąpieli, załamania lodu, porażenia prądem.	• rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku.
Dział 2. Edukacja zdrowotna					
13. Zdrowie i czynniki je warunkujące	• wymienić zachowania, które sprzyjają zdrowiu (prozdrowotne) oraz	• ocenić własne zachowania związane ze zdrowiem.	• odróżnić czynniki środowiskowe i społeczne (korzystne i szkodliwe), na	• omówić krótkoterminowe i długoterminowe skutki	• wymienić rzetelne źródła informacji o zdrowiu, chorobach,

AUTOR: Bogusława Breitkopf

	zagrożą zdrowiu, a także wskazać te, które szczególnie często występują wśród nastolatków.		które człowiek może mieć wpływ, od takich, na które nie może mieć wpływu; • wyjaśnić wpływ stresu na zdrowie.	zachowań sprzyjających (prozdrowotnych) i zagrażających zdrowiu; • wyjaśnić zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym i społecznym.	świadczeniach i usługach zdrowotnych.
14. Komunikacja interpersonalna	• dobrać i zademonstrować umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa).	• dobrać i zademonstrować umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa, zachowania asertywne, negocjowanie).	• ustalić indywidualny plan działania uwzględniający rozwój umiejętności komunikacji interpersonalnej.	• ustalić, co sam może zrobić, aby stworzyć warunki środowiskowe i społeczne, które są korzystne dla zdrowia, a także służące rozwojowi komunikacji interpersonalnej.	• zaplanować rozwój umiejętności komunikacji interpersonalnej, uwzględniającej zachowania asertywne oraz negocjacje.
Dział 3. Bezpieczeństwo państwa					
15. Bezpieczne państwo	• wymienić składniki bezpieczeństwa państwa.	• wyjaśnić, co rozumie przez pojęcie „bezpieczne państwo”.	• wymienić i scharakteryzować podstawowe pojęcia związane z bezpieczeństwem państwa.	• określić istotę problemu bezpieczeństwa.	• podjąć dyskusję na temat bezpieczeństwa państwa.

AUTOR: Bogusława Breitkopf

16. Polska a bezpieczeństwo międzynarodowe	•orientować się w geopolitycznych uwarunkowaniach bezpieczeństwa, wynikających z położenia Polski.	• wymienić czynniki mające wpływ na bezpieczeństwo Polski.	•wymienić organizacje międzynarodowe i przedstawić ich rolę w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski.	• omówić filary współczesnego bezpieczeństwa Polski.	• omówić rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski.
Dział 4. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń					
17. Ostrzeganie i alarmowanie ludności o zagrożeniach	•rozróżnić poszczególne sygnały alarmowe i środki alarmowe; •omówić zasady właściwego zachowania się w razie uruchomienia sygnałów alarmowych; •zachować się po ogłoszeniu alarmu w szkole.	• omówić sposób zachowania się uczniów po usłyszeniu sygnału alarmu; • wskazać drogi ewakuacji w szkole.	• 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; • uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów; • omówić rodzaje alarmów.	• uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów; • uzasadnić przydatność znajomości sygnałów alarmowych.
18. Zagrożenia powodziowe	•wymienić przykłady zagrożeń związanych z wystąpieniem powodzi; •podać zasady postępowania w razie zagrożenia powodzią.	• omówić znaczenie kolorów stosowanych w ratownictwie powodziowym.	• omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji wystąpienia powodzi.	• uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratowniczych.	• wyjaśnić, dlaczego na terenach powodziowych należy przeciwdziałać panice.
19. Zagrożenia pożarowe	•scharakteryzować zagrożenia pożarowe w	• omówić zasady zachowania się	• wskazać w szkole miejsca szczególnie	• wyjaśnić najczęstsze przyczyny	• uzasadnić potrzebę przeciwdziałania

AUTOR: Bogusława Breitkopf

	domu, szkole i najbliższej okolicy; rozpoznać i prawidłowo zareagować na sygnał alarmu o pożarze w szkole.	podczas pożarów; - omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożeń cywilizacyjnych; - uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratunkowych.	zagrożone wystąpieniem pożaru i uzasadnić swój wybór.	powstawania pożarów; uzasadnić celowość przestrzegania zasad ochrony przeciwpożarowej.	panice; planować postępowanie uczniów po usłyszeniu sygnału o pożarze.
20. Zagrożenia związane z działalnością człowieka	wymienić przykłady nadzwyczajnych zagrożeń wywołanych przez człowieka.	uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratunkowych.	omówić zasady zachowania się podczas wypadków i katastrof komunikacyjnych, technicznych i innych.	- opisać rodzaje zagrożeń związanych z działalnością człowieka; - omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożeń cywilizacyjnych.	uzasadnić potrzebę przeciwdziałania panice.
21. Zagrożenia wywołane substancjami toksycznymi	- wymienić przykłady zagrożeń środowiskowych; - opisać pożądane zachowania ludności w sytuacji zagrożeń chemicznych.	opisać zasady postępowania w razie uwolnienia niebezpiecznych środków chemicznych.	omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożenia substancjami toksycznymi.	- wymienić przykłady nadzwyczajnych zagrożeń wywołanych przez człowieka; - zaplanować kolejność działań domowników w sytuacji zagrożenia chlorem gazowym.	- uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń różnych służb i innych podmiotów; - opisać miejsca eksponowania znaków substancji

AUTOR: Bogusława Breitkopf

					toksycznych.
22. Ewakuacja z terenu zagrożonego	wymienić przykłady zagrożeń środowiskowych mogących być przyczyną ewakuacji.	przedstawić obowiązki ludności w sytuacjach wymagających ewakuacji.	uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożenia.	- zaplanować ewakuację rodziny na wypadek klęski żywiołowej; - uzasadnić potrzebę przeciwdziałania panice.	omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w czasie prowadzenia ewakuacji z terenu zagrożonego.
23. Zagrożenia terrorystyczne	omówić zasady postępowania w sytuacji wystąpienia zdarzenia terrorystycznego.	przedstawić zasady zachowania się ludności w sytuacji pojawienia się grupy antyterrorystycznej.	omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji wystąpienia zdarzenia terrorystycznego.	uzasadnić potrzebę przeciwdziałania panice.	uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb biorących udział w zdarzeniu antyterrorystycznym.