

# **Przedmiotowe Zasady Oceniania i wymagania edukacyjne z EDUKACJI DLA BEZPIECZEŃSTWA do klasy VIII w roku szkolnym 2018/2019**

Na podstawie:

- Programu nauczania edukacji dla bezpieczeństwa dla szkoły podstawowej „Żyję i działam bezpiecznie” Jarosław Słoma - wydawnictwa „Nowa Era”
- Wewnątrzszkolnego System Oceniania.

## **UCZNIOWIE W TOKU ZAJĘĆ LEKCYJNYCH MOGĄ OTRZYMYWAĆ OCENY CZĄSTKOWE ZA:**

- sprawdzian wiadomości po zakończonym dziale;
- krótkie sprawdziany wiedzy – kartkówki;
- odpowiedź ustną (połączoną ze znajomością mapy);
- samodzielnie wykonaną pracę domową;
- aktywność na lekcji;
- przygotowanie do lekcji
- krótkie odpowiedzi w toku lekcji;
- prezentowanie pracy grupy;
- udział w konkursach przedmiotowych;
- wykonanie prac dodatkowych (zapropionowanych przez ucznia lub wskazanych przez nauczyciela), wynikających z zainteresowań ucznia, wiążących się z programem jak i wykraczające poza program;

## **ZASADY OCENIANIA I KLASYFIKACJI UCZNIÓW:**

### **1) Prace klasowe (od 30 do 45 minut)**

- Prace klasowe są obowiązkowe. W przypadku nieobecności ucznia na pracy klasowej, teście lub sprawdzianie powinien napisać ją w terminie dwutygodniowym od momentu powrotu do szkoły (czas i sposób do uzgodnienia z nauczycielem).
- Praca klasowa jest zapowiedziana tydzień wcześniej, materiał jest powtórzony.
- Prace pisemne powinny być ocenione i oddane w ciągu 2 tygodni.
- Wszystkie prace są archiwizowane - do wglądu dla rodziców na spotkaniach indywidualnych u nauczyciela przedmiotu.

- Jeżeli uzyskana przez ucznia ocena z prac klasowych, testu, sprawdzianu nie satysfakcjonuje go – istnieje możliwość poprawy w terminie ustalonym przez nauczyciela.
- Poprawa oceny niedostatecznej dopuszczającej jest dobrowolna i musi odbywać się w ciągu 2 tygodni od dnia podania informacji o ocenach. Uczeń może poprawiać pracę z danego zakresu sprawdzanych umiejętności i wiedzy tylko jeden raz z danego działu lub partii materiału w terminie uzgodnionym z nauczycielem.

## **2) Kartkówki (od 15 do 20 minut)**

- Kartkówki są obowiązkowe, nie muszą być zapowiadane, podlegają poprawie.
- Uczniowie nieobecni na kartkówce piszą ją lub odpowiadają ustnie w najbliższym terminie (najbliższa lekcja).
- Kartkówka obejmuje materiał z ostatniego tematu lekcji lub dwóch, trzech ostatnich tematów.
- Nieobecność ucznia na lekcji nie zwalnia go z przygotowania się do lekcji i możliwości pisania kartkówki.

## **3) Odpowiedź ustna:**

- Przy odpowiedzi ustnej obowiązuje ucznia znajomość treści z ostatniego tematu lekcji lub trzech ostatnich tematów.

## **4) Aktywność:**

- Przez aktywność na lekcji rozumiemy: częste zgłaszanie się na lekcji i udzielanie poprawnych odpowiedzi, rozwiązywanie przykładów ćwiczeniowych, zadań, aktywną pracę w grupach.
- Aktywność na lekcji nagradzana jest oceną, lub „+” lub ustną pochwałą.  
O ilości przyznanych „+” decyduje nauczyciel, biorąc pod uwagę stopień trudności rozpatrywanego przez ucznia problemu oraz możliwości intelektualne ucznia.
- Uczeń, który w trakcie realizacji materiału na lekcji nie bierze czynnego udziału lub uniemożliwia prowadzenie zajęć, czy też wykonuje czynności nie związane z biegiem zajęć może otrzymać „-” (traktowany w kategorii aktywność na lekcji).
- Za (5) zgromadzone znaki („+” lub „-,”) uczeń otrzymuje ocenę w tym za pięć plusów ocenę celującą, za pięć minusów ocenę niedostateczną.
- Każdy plus lub minus jest odznaczony w dzienniku.

## **5) Praca domowa**

- Prace domowe są zadawane z bieżącej lekcji lub przygotowanie materiału dotyczącego nowego materiału.
- Prace domowe mogą przybierać różne formy np. prezentacje, plakaty, plansze itp.
- Praca domowa może być indywidualna lub w formie pracy grupowej.
- Ocenianie może podlegać wybiórczo minimum dwa razy w półroczu.

## 6) Zeszyt lub ćwiczenia

- Przy ocenieniu zeszytu przedmiotowego lub zeszytu ćwiczeń bierze się pod uwagę systematyczność, poprawność i staranność prowadzenia notatek oraz wykonywania rysunków.
- Brak systematycznie wykonywanych prac domowych w zeszycie ćwiczeń, wpływa na obniżenie oceny końcowej za prowadzenie zeszytu lub ćwiczeń.

## 7) Formy bieżącego sprawdzania postępów ucznia:

- W przypadku prac pisemnych w klasie (prace klasowe, testy, sprawdziany, kartkówki) stosowane są konkretne kryteria punktowe:
  - do 29% - ocena niedostateczna
  - od 30% - ocena dopuszczająca
  - od 51% - ocena dostateczna
  - od 71% - ocena dobra
  - od 90% - ocena bardzo dobra
  - od 95% - ocena celująca - tylko w przypadku, gdy w treści poleceń zaplanowane są do wykonania dodatkowe zadania o dużym stopniu trudności, a obowiązkowe wykonane zostały prawidłowo.

### Formy bieżącego sprawdzania postępów ucznia

	<b>Forma</b>	<b>Zakres treści</b>	<b>Częstotliwość</b>	<b>Zasady</b>
1. Prace pisemne w klasie	<b>sprawdziany pisemne, klasówki, testy (trwające od 30 min do 45 min)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• jeden dział lub połowa obszernego działu</li></ul>	minimum dwa w półroczu lub w zależności od liczby działów w danym półroczu przewidywanym w programie nauczania	<ul style="list-style-type: none"><li>• zapowiadane przynajmniej z tygodniowym wyprzedzeniem</li><li>• adnotacja w dzienniku lekcyjnym</li><li>• w miarę możliwości poprzedzone lekcją powtórzeniową, na której nauczyciel informuje uczniów o narzędziach sprawdzających i wymaganiach z zagadnieniami</li><li>• uczeń może poprawić ocenę z pracy pisemnej tylko jeden raz z danego działu</li><li>• uczniowie nieobecni piszą pracę w najbliższym terminie ustalonym przez nauczyciela</li></ul>
	<b>kartkówki (trwające od 15 do 20 min)</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• zagadnienia z ostatniego tematu lekcji lub z dwóch, trzech ostatnich</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• minimum jedna w półroczu lub w zależności od</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• zapowiedziane z tygodniowym wyprzedzeniem lub nie muszą być zapowiadane</li><li>• uczniowie nieobecni piszą ją w najbliższym terminie ustalonym przez nauczyciela</li></ul>

		tematów	zaistniałych sytuacji	
<b>2. Prace domowe</b>	<b>pisemne</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• materiał nauczania z bieżącej lekcji lub przygotowanie materiału dotyczącego nowego tematu</li> </ul>	minimum dwie w półroczu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ocenie może podlegać wybiórczo kilka prac</li> </ul>
	<b>w innej formie</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• prace badawcze, np.: prowadzenie doświadczeń, wykonywanie modeli</li> <li>• prace dodatkowe, np.: wykonywanie plakatów, planszy, pomocy dydaktycznych</li> </ul>		
<b>3. Odpowiedzi ustne</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• dana partia materiału</li> </ul>	minimum jedna w półroczu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• bez zapowiedzi</li> </ul>
<b>4. Praca na lekcji (indywidualna lub zespołowa)</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• bieżący materiał nauczania</li> </ul>	minimum dwie oceny w półroczu	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ocenie podlegają: aktywność, zaangażowanie, umiejętność pracy samodzielnej oraz praca w grupie</li> <li>• aktywność lub jej brak może być oceniona oceną lub w formie „+” lub „-”, „Za 5”+” ocena celująca, za 5 „-”, ocena niedostateczna</li> </ul>
<b>5. Zeszyt lub ćwiczenia</b>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• bieżący materiał nauczania z lekcji</li> </ul>	minimum jedna ocena w półroczu za zeszyt i ćwiczenia	<ul style="list-style-type: none"> <li>• uczeń systematycznie prowadzi zeszyt przedmiotowy, robi notatki, uzupełnia braki</li> <li>• ćwiczenia uzupełnia na bieżąco</li> </ul>

### **8) Inne:**

• Nauczyciel ma prawo przerwać jakąkolwiek formę pisemną (kartkówka, sprawdzian, praca klasowa) uczniowi (lub całej klasie), jeżeli stwierdzi na podstawie zachowania ucznia (klasy) niesamodzielność pracy (przez niesamodzielną pracę należy rozumieć: odwracanie się, rozmawianie, odpisywanie, przepisywanie, ściąganie itp.) lub zakłócanie przebiegu sprawdzianu (np. sygnałem telefonu komórkowego). Stwierdzenie niesamodzielnej pracy lub zakłócanie przebiegu jest podstawą do wystawienia oceny niedostatecznej lub obniżenia oceny o jeden stopień.

- Dwa razy w semestrze (przy 2 godz./tyg.) lub jeden raz w semestrze (przy 1 godz./tyg.) uczeń może zgłosić (tylko na początku lekcji) nieprzygotowanie do lekcji bez podania przyczyny. „Nieprzygotowanie” zgłasza się na początku lekcji i przez nie rozumie się: niegotowość do odpowiedzi ustnej, brak pracy domowej. Nie można zgłaszać nieprzygotowanie w przypadku zapowiedzianego wcześniej na dany dzień sprawdzania i oceniania określonej formy - tu: sprawdzianu, kartkówki, innych zleconych zadań. Po wykorzystaniu limitu określonego powyżej uczeń otrzymuje za każdy brak ocenę niedostateczną.
- Po dłuższej, usprawiedliwionej nieobecności w szkole (powyżej 2 tygodni) uczeń będzie oceniany po nadrobieniu braków w wiadomościach, zapisach lekcyjnych, ćwiczeniach wykonywanych na lekcjach, pracach domowych - co należy do jego obowiązku. Nastąpi to nie później niż po 2 tygodniach od czasu powrotu na zajęcia. Dokładny termin i formę ustala nauczyciel uwzględniając przyczynę absencji i możliwości ucznia.
- Na koniec semestru nie przewiduje się dodatkowych sprawdzianów zaliczeniowych. Poprawianie ocen dokonuje się najpóźniej tydzień przed wystawieniem oceny semestralnej lub rocznej. Uzyskane stopnie w poszczególnych formach aktywności ucznia stanowią podstawę stopnia semestralnego i rocznej.
- Przy wystawianiu oceny na koniec roku szkolnego uwzględnia się pracę i wyniki z całego roku szkolnego.
- Wszystkie sprawy sporne, nie ujęte w PZO z edukacji dla bezpieczeństwa rozstrzygane będą zgodnie z Wewnątrzszkolnym Systemem Oceniania oraz z rozporządzeniami MEN
- Warunkiem uzyskania oceny celującej na koniec semestru lub roku szkolnego jest spełnienie co najmniej jednego z poniższych warunków:

< uczeń otrzymuje oceny bardzo dobre i celujące w ciągu semestru.

< uczeń osiąga sukcesy w konkursie kuratorskim na szczeblu przynajmniej rejonowym, w konkursach ogólnopolskich na etapie laureata lub wyróżnienia

## **9) WYMAGANIA DLA UCZNIÓW Z OPINIĄ PPP o:**

- uczniowi z dysleksją - wydłuża się czas na wykonanie zadania, pracy pisemnej (docenia się przede wszystkim wysiłek włożony w wykonanie różnych zadań)
- ucznia z dysgrafią - w większym stopniu ocenia się na podstawie wypowiedzi ustnych, w pracach pisemnych ocenia się przede wszystkim ich treść (stronę merytoryczną)
- uczniowie z orzeczeniem PPP o potrzebie kształcenia specjalnego realizują tę samą Podstawę Programową, co uczniowie z normą intelektualną, ze szczególnym uwzględnieniem wskazań zawartych w orzeczeniu PPP. Uczniowie realizują ten sam program co uczniowie z normą intelektualną, przy czym wymagania programowe są dostosowane do ich potrzeb i możliwości.

### A) Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:

- zmniejszanie ilości, stopnia trudności i obszerności zadań,
- dzielenie materiału na mniejsze partie, wyznaczanie czasu na ich opanowanie i odpytywanie,
  - wydłużanie czasu na odpowiedź, przeczytanie tekstu,
- odwoływanie się do znanych sytuacji z życia codziennego,
- formułowanie pytań w formie zdań o prostej konstrukcji powołujących się na ilustrujące przykłady,
- częste podchodzenie do ucznia w trakcie samodzielnej pracy w celu udzielania dodatkowej pomocy, wyjaśnień,
  - wyrażenie zgody na dokończenie w domu niektórych prac wykonywanych na lekcjach,
- zwiększenie ilości czasu i powtórzeń na opanowanie materiału.

Uczeń obowiązkowo realizuje wymagania podstawowe, natomiast nieobowiązkowo ma możliwość realizowania wymagań ponadpodstawowych, wg następujących zasad:

Podstawowe	Ponadpodstawowe
Rozwiązuje zadania, pracując równoległe z uczniami z normą intelektualną.  Czas pracy może być wydłużony.	Rozwiązuje zadania tylko w sytuacji, gdy nauczyciel uzna, że wymagania podstawowe z danego zakresu zostały opanowane.
Rozwiązuje zadania z kart pracy, pracując indywidualnie.	

### B) Uczeń oceniany z zaleceniami jest wg następujących kryteriów:

- **Ocenę celującą** otrzymuje uczeń, który opanował wiedzę i umiejętności wykraczające pozaprogram. Ocena celująca jako ocena klasyfikacyjna jest wystawiana tylko w wyjątkowych przypadkach. Sytuacja taka powinna oznaczać konieczność powtórnego przebadania ucznia w Poradni Psychologiczno – Pedagogicznej i zmianę sposobu nauczania.
- **Ocenę bardzo dobrą** otrzymuje uczeń, który opanował wiedzę i umiejętności wykraczające poza poziom podstawowy.
- **Ocenę dobrą** otrzymuje uczeń, który opanował wiedzę i umiejętności w zakresie wymagań podstawowych.
- **Ocenę dostateczną** otrzymuje uczeń, który opanował wiedzę i umiejętności w zakresie wymagań koniecznych.
- **Ocenę dopuszczającą** otrzymuje uczeń, który opanował wiedzę i umiejętności w zakresie wymagań koniecznych, umożliwiającym mu kontynuowanie nauki w następnym semestrze.
- **Ocenę niedostateczną** otrzymuje uczeń, którego braki w wiedzy i umiejętnościach uniemożliwiają mu kontynuowanie nauki w kolejnym semestrze.

### C) Uczniowie, którzy w opinii PPP mają wskazanie obniżenia wymagań:

- Uczniowie realizują Podstawę Programową ze szczególnym uwzględnieniem wskazań określonych w opinii PPP. Uczniowie realizują ten sam program co uczniowie z normą intelektualną.
- Sposoby dostosowania wymagań edukacyjnych:
  - < Uczeń obowiązkowo realizuje wymagania podstawowe, natomiast nieobowiązkowo ma możliwość realizowania wymagań ponadpodstawowych.

< Sprawdziany i kartkówki są różnicowane w porównaniu do ucznia z normą intelektualną pod względem trudności i sposobu oceniania. Niektóre prace klasowe uczeń pisze takie same jak reszta uczniów, tylko ma punktowane inne.

#### D) Uczniowie uzdolnieni

• Uczniowie mają możliwość uzyskiwania na bieżąco ocen celujących wykazując opanowanie wymagań edukacyjnych na ocenę celującą, zgodnie z dokumentem „Wymagania edukacyjne z edukacji dla bezpieczeństwa”. Dodatkowo uczeń może uzyskać ocenę celującą za sukces w konkursie. Każda praca klasowa skonstruowana jest tak jak dla ogółu klasy. Jeżeli uczeń rozwiąże wszystkie zadania, może otrzymać zadanie na ocenę celującą, które sprawdza opanowanie wymagań wykraczających poza program. Przy pozostałych formach oceny nauczyciel umożliwi uzyskanie oceny celującej w miarę potrzeb i możliwości, jednak powinno to mieć miejsce jak najczęściej.

### WYMAGANIA EDUKACYJNE NA POSZCZEGÓLNE STOPNIE SZKOLNE Z EDUKACJI DLA BEZPIECZEŃSTWA W KLASIE VIII - SZKOŁY PODSTAWOWEJ

Nr lekcji	Temat	Podstawa programowa	Zagadnienia – materiał nauczania	Oczekiwanie wiadomości i umiejętności Uczeń:	Kategoria celów	Poziom wymagań
1	<b>Edukacja dla bezpieczeństwa – nowy przedmiot, nowe spojrzenie na własną aktywność osobistą i społeczną</b>	I.1, II.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>– główne obszary tematyczne realizowane w ramach edukacji dla bezpieczeństwa</li> <li>– struktura nauczania przedmiotu</li> <li>– ocenianie przedmiotowe (PSO)</li> <li>– podręcznik</li> <li>– metody, formy i środki dydaktyczne</li> <li>– zainteresowania i uzdolnienia w obrębie przedmiotu</li> <li>– źródła wiedzy pozapodręcznikowej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wymienia przesłanki przemawiające za realizacją przedmiotu</li> <li>– wymienia główne obszary tematyczne w ramach przedmiotu</li> <li>– wymienia główne metody pracy rekomendowane w obrębie przedmiotu</li> <li>– przedstawia zasady oceniania z przedmiotu</li> <li>– wskazuje najpopularniejsze źródła wiedzy pozapodręcznikowej</li> <li>– wylicza przykłady form rozwoju swoich zainteresowań i uzdolnień korelujących z problematyką przedmiotu</li> <li>– przedstawia konstrukcję i omawia ogólną zawartość podręcznika do nauki przedmiotu</li> </ul>	<p style="text-align: center;">A</p> <p style="text-align: center;">A</p> <p style="text-align: center;">A</p> <p style="text-align: center;">B</p> <p style="text-align: center;">B</p> <p style="text-align: center;">A, F</p> <p style="text-align: center;">C</p>	<p style="text-align: center;">PP</p> <p style="text-align: center;">PP</p> <p style="text-align: center;">PP</p> <p style="text-align: center;">P</p> <p style="text-align: center;">PP</p> <p style="text-align: center;">P</p> <p style="text-align: center;">P</p>
2	<b>Bezpieczny obywatel, bezpieczny naród, bezpieczne państwo</b>	I.1	<ul style="list-style-type: none"> <li>– definicja bezpieczeństwa – bezpieczeństwo jako stan i jako proces</li> <li>– rodzaje bezpieczeństwa</li> <li>– podstawowe pojęcia związane z bezpieczeństwem państwa</li> <li>– podmioty odpowiadające za bezpieczeństwo państwa i jego obywateli</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– definiuje bezpieczeństwo</li> <li>– wymienia rodzaje bezpieczeństwa</li> <li>– wymienia rodzaje i dziedziny bezpieczeństwa państwa</li> <li>– definiuje pojęcia ochrony i obrony narodowej</li> <li>– wymienia podmioty odpowiadające za bezpieczeństwo kraju i jego obywateli</li> </ul>	<p style="text-align: center;">A</p> <p style="text-align: center;">A</p> <p style="text-align: center;">A</p> <p style="text-align: center;">A, F</p> <p style="text-align: center;">A</p>	<p style="text-align: center;">P</p> <p style="text-align: center;">P</p> <p style="text-align: center;">P</p> <p style="text-align: center;">PP</p> <p style="text-align: center;">P</p>

3	<b>Bezpieczeństwo Polski w stosunkach międzynarodowych</b>	I.2, I.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>- znaczenie geopolitycznych uwarunkowań położenia Polski i kształtowaniu jej bezpieczeństwa w ciągu dziejów i obecnie</li> <li>- filary współczesnego bezpieczeństwa Polski</li> <li>- polska aktywność na arenie międzynarodowej w zakresie zachowania bezpieczeństwa (relacje wielostronne, regionalne i dwustronne)</li> <li>- wybrane zagrożenia dla bezpieczeństwa międzynarodowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- opisuje geopolityczne położenie Polski</li> <li>- omawia wybrane aspekty tego położenia dla bezpieczeństwa narodowego</li> <li>- omawia historyczną ewolucję modelu bezpieczeństwa Polski</li> <li>- opisuje rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski</li> <li>- wymienia przykłady polskiej aktywności na rzecz zachowania bezpieczeństwa (w ONZ, OBWE, NATO)</li> <li>- wymienia wybrane zagrożenia dla bezpieczeństwa we współczesnym świecie</li> </ul>	B B D, F B A A	P P PP P PP P
4	<b>Źródła zagrożeń</b>	II.1, III.6.a	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rodzaje zagrożeń (naturalne, spowodowane działalnością człowieka oraz społeczne)</li> <li>- postępowanie zapobiegawcze</li> <li>- podmioty działające na rzecz zwalczania skutków zagrożeń</li> <li>- system ratownictwa w Polsce</li> <li>- numery alarmowe, Europejki Numer Alarmowy</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wymienia przykłady nadzwyczajnych zagrożeń</li> <li>- dokonuje podziału zagrożeń ze względu na źródło ich pochodzenia</li> <li>- omawia sposoby przeciwdziałania zagrożeniom</li> <li>- wymienia podmioty działające na rzecz zwalczania skutków zagrożeń i tworzące system ratownictwa w Polsce</li> <li>- wymienia numery alarmowe w Polsce i przypisuje je odpowiednim służbom</li> <li>- poszczególnym podmiotom ratowniczym przypisuje odpowiednie zadania</li> </ul>	A B B A A B	P P P P P PP
5	<b>Ostrzeżenie o zagrożeniach i alarmowanie</b>	II.2	<ul style="list-style-type: none"> <li>- system wykrywania skażeń i alarmowania</li> <li>- środki alarmowe i sygnały alarmowe</li> <li>- rodzaje alarmów i komunikatów ostrzegawczych i sposoby ich ogłaszania</li> <li>- zasady zachowania się po ogłoszeniu alarmu lub usłyszeniu komunikatu ostrzegawczego</li> <li>- przeciwdziałanie panice</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- charakteryzuje działanie i zadania systemu wykrywania skażeń i alarmowania</li> <li>- wymienia środki alarmowe podstawowe i zastępcze</li> <li>- rozróżnia sygnały alarmowe</li> <li>- wymienia rodzaje komunikatów ostrzegawczych</li> <li>- omawia sposób ogłaszania i odwołania alarmów</li> <li>- opisuje sposób zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu lub wydaniu komunikatu ostrzegawczego</li> <li>- wymienia sposoby przeciwdziałania panice</li> </ul>	B A C A B B A	PP P P P P P P



6	<b>Ewakuacja</b>	II.3, II.4	<ul style="list-style-type: none"> <li>- definicja ewakuacji</li> <li>- stopnie ewakuacji</li> <li>- rodzaje ewakuacji (planowa, doraźna, samoewakuacja)</li> <li>- zasady zachowania podczas ewakuacji z budynku</li> <li>- wybrane znaki ewakuacyjne i informacyjne</li> <li>- szkolna instrukcja ewakuacji</li> <li>- ewakuacja z terenów zagrożonych</li> <li>- zasady zaopatrzenia w wodę i żywność w czasie ewakuacji</li> <li>- ewakuacja zwierząt</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia termin „ewakuacja” i omawia jej znaczenie</li> <li>- rozróżnia rodzaje i stopnie ewakuacji</li> <li>- opisuje sposób zachowania się podczas ewakuacji z budynku</li> <li>- rozpoznaje znaki ewakuacyjne i informacyjne</li> <li>- zna szkolną instrukcję ewakuacji</li> <li>- omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych</li> <li>- opisuje sposób zaopatrywania w wodę i żywność podczas ewakuacji</li> <li>- uzasadnia znaczenie przeciwdziałania panice i podporządkowania się poleceniom służb ratowniczych</li> </ul>	<p>B</p> <p>B B</p> <p>A A B</p> <p>B</p> <p>B, C</p>	<p>P</p> <p>PP P</p> <p>P P P</p> <p>PP</p> <p>PP</p>
7	<b>Zagrożenia pożarowe</b>	II.3, II.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przyczyny pożarów</li> <li>- zasady postępowania podczas pożaru</li> <li>- podręczny sprzęt gaśniczy i zasady jego rozmieszczania w budynkach</li> <li>- obsługa gaśnic i hydrantów wewnętrznych</li> <li>- gaszenie odzieży płonącej na człowieku oraz zarzewia ognia</li> <li>- wybrane znaki ochrony przeciwpożarowej</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wymienia główne przyczyny pożarów</li> <li>- opisuje zasady postępowania po dostrzeżeniu pożaru</li> <li>- omawia przeznaczenie podręcznego sprzętu gaśniczego i jego rozmieszczenie np. w szkole</li> <li>- opisuje sposób obsługi gaśnic i hydrantu wewnętrznego</li> <li>- rozpoznaje znaki ochrony przeciwpożarowej</li> <li>- wyjaśnia, jak gasić zarzewie ognia i odzież płonąca na człowieku</li> </ul>	<p>A B</p> <p>B, C</p> <p>B, C</p> <p>B B, C</p>	<p>P P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P PP</p>
8	<b>Zagrożenia powodziowe</b>	II.3, II.4, II.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przyczyny powodzi</li> <li>- ochrona przeciwpowodziowa w Polsce</li> <li>- pogotowie przeciwpowodziowe i alarm powodziowy</li> <li>- zasady zachowania się podczas powodzi i po opadnięciu wód powodziowych</li> <li>- zapasy na wypadek powodzi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wymienia główne przyczyny powodzi</li> <li>- wymienia zadania państwa w zakresie ochrony przeciwpowodziowej</li> <li>- wyjaśnia, jak należy się zachowywać w czasie powodzi</li> <li>- opisuje zasady postępowania po opadnięciu wód powodziowych</li> <li>- planuje niezbędne zapasy, które powinien zgromadzić dla swojej rodziny, aby przetrwać kilka dni w sytuacji kryzysowej</li> <li>- uzasadnia bezwzględny nakaz stosowania się do poleceń służb ratowniczych i sanitarnych w czasie powodzi</li> </ul>	<p>A A</p> <p>B</p> <p>B</p> <p>B, F</p> <p>B, E</p>	<p>P P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p>
9	<b>Ekstremalne warunki pogodowe</b>	II.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- charakterystyka 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> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wymienia pogodowe zagrożenia dla bezpieczeństwa człowieka</li> <li>- opisuje praktyczne sposoby przeciwdziałania zagrożeniom podczas intensywnych opadów śniegu oraz ekstremalnie niskich temperatur</li> <li>- omawia sposoby ochrony przed niszczącymi skutkami upałów, wichury i gwałtownych burz</li> </ul>	<p>A</p> <p>B</p> <p>B, F</p>	<p>P</p> <p>P</p> <p>P</p>

10	<b>Wypadki i katastrofy komunikacyjne. Uwolnienie niebezpiecznych substancji chemicznych</b>	II.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przyczyny wypadków komunikacyjnych i zagrożenia towarzyszące tym wypadkom</li> <li>- postępowanie ratownicze na miejscu wypadku komunikacyjnego</li> <li>- oznaczenia pojazdów przewożących niebezpieczne substancje (tablice ADR)</li> <li>- postępowanie po uwolnieniu się niebezpiecznych substancji chemicznych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wymienia główne przyczyny wypadków komunikacyjnych</li> <li>- opisuje zagrożenia towarzyszące tym wypadkom</li> <li>- wymienia czynności, które należy wykonać, aby ocenić sytuację na miejscu zdarzenia, i stosuje tę wiedzę w praktyce</li> <li>- omawia sposoby zapewnienia bezpieczeństwa poszkodowanym, ratownikowi, osobom postronnym i w miejscu zdarzenia</li> <li>- omawia podstawowe zasady postępowania ratownika w miejscu zdarzenia (wypadek komunikacyjny)</li> <li>- opisuje zasady kodowania informacji na tablicach ADR</li> <li>- opisuje zasady zachowania się po uwolnieniu substancji toksycznych</li> </ul>	<p>A</p> <p>B</p> <p>A</p> <p>B</p> <p>B</p> <p>B, F</p> <p>B, E</p>	<p>P</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>P</p>
11	<b>Zagrożenia terrorystyczne</b>	II.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- przyczyny współczesnego terroryzmu</li> <li>- najczęstsze formy aktów terroru</li> <li>- zasady zachowania się podczas ataku terrorystycznego lub bezpośrednio po nim: <ul style="list-style-type: none"> <li>• strzelanina</li> <li>• sytuacja zakładnicza</li> <li>• atak bombowy</li> <li>• atak gazowy</li> <li>• podejrzana przesyłka</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia genezę i formy współczesnych aktów terroru</li> <li>- opisuje zasady zachowania się na wypadek: <ul style="list-style-type: none"> <li>• strzelaniny</li> <li>• znalezienia się w sytuacji zakładniczej</li> <li>• ataku bombowego</li> <li>• ataku gazowego</li> <li>• otrzymania podejrzonej przesyłki</li> </ul> </li> <li>- rozumie konieczność powiadamiania służb porządkowych (policji, straży miejskiej) o podejrzenie zachowujących się osobach lub podejrzanym przedmiotach zauważonych w miejscach publicznych</li> </ul>	<p>B</p> <p>B</p> <p>E</p>	<p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p>
12	<b>Powtórzenie materiału z zakresu bezpieczeństwa oraz postępowania w sytuacjach zagrożeń</b>	I.1, I.2, I.3, II.1, II.2, II.3, II.4, II.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- powtórzenie i utrwalenie wiadomości przekazanych w ramach poprzednich jednostek dydaktycznych</li> <li>- usystematyzowanie zdobytych wiadomości</li> <li>- przygotowanie uczniów do zaplanowanej formy kontroli wiedzy i umiejętności (prezentacja form i zakresu oraz narzędzi dydaktycznych przewidzianych do realizacji)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- łączy logicznie poszczególne zagadnienia w ciąg przyczynowo-skutkowy</li> <li>- dostrzega słabe i mocne strony proponowanych rozwiązań</li> <li>- proponuje własne – alternatywne – rozwiązania</li> <li>- sprawnie operuje poznany słownictwem</li> <li>- trafnie argumentuje</li> <li>- sprawnie realizuje inscenizowane działania ratownicze</li> <li>- dysponuje wiedzą pozapodręcznikową</li> <li>- rozwija swoje zainteresowania w zakresie przedmiotu</li> </ul>	<p>B</p> <p>C, D</p> <p>D F</p> <p>B</p> <p>D, E</p> <p>C, E</p> <p>D</p> <p>D, F</p>	<p>PP</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p>

13	<b>Próbna ewakuacja</b>	II.2, II.3, II.4, II.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- ewakuacja realizowana na podstawie szkolnej instrukcji ewakuacji, przy wykorzystaniu obowiązujących procedur, sygnałów i dróg ewakuacji; realizowana w obecności obserwatora z ramienia PSP (lub organu prowadzącego szkołę)</li> <li>- omówienie istotnych elementów zachowania uczniów i personelu szkoły</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna ogólne zasady postępowania po ogłoszeniu ewakuacji</li> <li>- rozpoznaje znaki ewakuacyjne, informacyjne i ochrony przeciwpożarowej</li> <li>- zna treść szkolnej instrukcji ewakuacji</li> <li>- prawidłowo wykonuje nakazane czynności</li> <li>- wykazuje troskę o bezpieczeństwo własne i innych osób</li> <li>- zachowuje spokój i opanowanie</li> </ul>	A B B C D, E E	P P PP P PP P
14	<b>Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy</b>	III.1, III.3, III.5	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pierwsza pomoc – definicja i zakres</li> <li>- obowiązek (prawny i moralny) udzielania pierwszej pomocy</li> <li>- podstawy anatomii i fizjologii człowieka: <ul style="list-style-type: none"> <li>• układ oddechowy</li> <li>• układ krążenia</li> <li>• układ nerwowy</li> </ul> </li> <li>- stan nagłego zagrożenia zdrowotnego</li> <li>- przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia termin „pierwsza pomoc”</li> <li>- określa prawny i moralny obowiązek niesienia pomocy poszkodowanym</li> <li>- wyjaśnia rolę układów: krążenia, nerwowego, oddechowego w utrzymaniu podstawowych funkcji życiowych</li> <li>- wyjaśnia pojęcie „stan nagłego zagrożenia zdrowotnego”</li> <li>- opisuje przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia</li> <li>- wyjaśnia znaczenie czasu podczas udzielania pierwszej pomocy</li> </ul>	B B, E B B B B	PP P P PP P P
15–16	<b>Postępowanie w miejscu zdarzenia</b>	III.1, III.2, III.3, III.4, III.6, III.7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bezpieczeństwo: <ul style="list-style-type: none"> <li>• świadka</li> <li>• ratownika</li> <li>• poszkodowanych</li> <li>• miejsca zdarzenia</li> </ul> </li> <li>- środki ochrony osobistej dla ratownika</li> <li>- bezpieczne zdejmowanie rękawiczek jednorazowych</li> <li>- wzywanie profesjonalnej pomocy, adekwatnie do zaistniałego zdarzenia <ul style="list-style-type: none"> <li>- numery alarmowe, treść komunikatu</li> <li>- aplikacje telefoniczne przydatne w ratownictwie</li> </ul> </li> <li>- transport poszkodowanych</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wymienia czynności, które na miejscu zdarzenia należy podjąć w trosce o bezpieczeństwo: świadka, ratownika, poszkodowanych, miejsca zdarzenia i pozostałych osób</li> <li>- wskazuje sposób zabezpieczenia się ratownika w kontakcie z poszkodowanym</li> <li>- demonstruje bezpieczny sposób zdejmowania rękawiczek jednorazowych</li> <li>- poprawnie konstruuje komunikat wzywający pomoc fachową</li> <li>- podaje numery alarmowe</li> <li>- podaje przykład aplikacji na telefon pomocnej w udzielaniu pierwszej pomocy</li> <li>- opisuje wybrane sposoby transportu osób przytomnych i nieprzytomnych</li> </ul>	A A C C, E A A B	P P P P P PP PP
17–18	<b>Pomoc osobie nieprzytomnej</b>	III.8, III.9	<ul style="list-style-type: none"> <li>- łańcuch przeżycia</li> <li>- rola świadka zdarzenia</li> <li>- nagłe zatrzymanie krążenia (NZK)</li> <li>- ocena: <ul style="list-style-type: none"> <li>• bezpieczeństwa miejsca zdarzenia</li> <li>• przytomności poszkodowanego</li> <li>• stanu poszkodowanego (schemat ABC)</li> </ul> </li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia pojęcie „nagłe zatrzymanie krążenia”</li> <li>- opisuje ogniwa łańcucha przeżycia</li> <li>- ocenia bezpieczeństwo miejsca wypadku</li> <li>- ocenia stan świadomości poszkodowanego</li> <li>- wymienia objawy utraty przytomności</li> <li>- ocenia stan poszkodowanego wg schematu ABC</li> <li>- udrażnia drogi oddechowe (rękoczynem czoło–zuchwa)</li> <li>- wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u</li> </ul>	B B C, E C, E A C, E C, E B, C	P PP P P P P P P

			<ul style="list-style-type: none"> <li>- przyczyny i objawy utraty przytomności</li> <li>- udrażnianie dróg oddechowych ocena oddechu</li> <li>- pozycja bezpieczna</li> <li>- ochrona termiczna i kontrolowanie stanu poszkodowanego</li> <li>- pierwsza pomoc w przypadku omdlenia</li> </ul>	<p>osoby nieprzytomnej</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- sprawdza, czy poszkodowany oddycha</li> <li>- układa poszkodowanego nieprzytomnego, ale oddychającego, w pozycji bezpiecznej</li> <li>- zapewnia poszkodowanemu ochronę termiczną</li> <li>- umiejętnie stosuje folię NRC</li> <li>- wyjaśnia, kiedy można zastosować odwrócony schemat CAB</li> <li>- wymienia główne przyczyny omdlenia</li> <li>- charakteryzuje objawy zwiastujące omdlenie</li> <li>- udziela pierwszej pomocy w przypadku omdlenia</li> </ul>	<p>C, E C, E C C, E B, C A B C, E</p>	<p>P P P P PP PP PP</p>
19-20	<b>Resuscytacja krążeniowo-oddechowa</b>	III.1, III.10	<ul style="list-style-type: none"> <li>- definicja resuscytacji krążeniowo-oddechowej</li> <li>- przyczyny i typowe objawy NZK</li> <li>- podstawowe zabiegi resuscytacyjne u dorosłych, dzieci i niemowląt (algorytm)</li> <li>- obsługa automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED) z zaznaczeniem potrzeby wczesnego użycia urządzenia podczas RKO</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- definiuje pojęcie „resuscytacja krążeniowo-oddechowa”</li> <li>- opisuje znaczenie RKO w akcji ratowniczej</li> <li>- wymienia warunki i czynniki zapewniające realizację RKO na wysokim poziomie skuteczności</li> <li>- omawia algorytm ratowniczy RKO u dorosłych i dzieci</li> <li>- wykonuje pełen cykl RKO na manekinie dorosłego i niemowlęcia (samodzielnie i w parze)</li> <li>- stosuje środki ochrony osobistej podczas wykonywania RKO</li> <li>- opisuje działanie i obsługę automatycznego defibrylatora zewnętrznego</li> <li>- przedstawia zalety zastosowania AED w akcji ratowniczej</li> </ul>	<p>A B, E A B C C B, E B, E</p>	<p>PP PP P P P P P PP</p>
21	<b>Apteczka pierwszej pomocy</b>	III.12	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rodzaje apteczek pierwszej pomocy (wygląd, zawartość, rozmieszczenie)</li> <li>- wyposażenie apteczki pierwszej pomocy (podstawy prawne, przeznaczenie): <ul style="list-style-type: none"> <li>• samochodowej</li> <li>• domowej</li> <li>• turystycznej</li> </ul> </li> <li>- zastępcze i doraźnie improwizowane materiały opatrunkowe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia przeznaczenie i podstawowe typy apteczek pierwszej pomocy</li> <li>- wylicza przedmioty wchodzące w skład apteczki pierwszej pomocy: <ul style="list-style-type: none"> <li>• samochodowej</li> <li>• turystycznej</li> <li>• domowej</li> </ul> </li> <li>- opisuje zasady doboru i przechowywania składników apteczki pierwszej pomocy</li> <li>- proponuje improwizowane środki opatrunkowe, zależnie od rodzaju zranienia</li> </ul>	<p>B A, B B B,C,F</p>	<p>PP P PP PP</p>

22	<b>Tamowanie krwotoków</b>	III.13.a, III.13.b, III.13.c, III.13.d, III.13.e	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rodzaje ran i krwotoków</li> <li>- środki ochrony indywidualnej w kontakcie z płynami ustrojowymi</li> <li>- zakładanie opatrunku osłaniającego i uciskowego w obrębie kończyn</li> <li>- praktyczne sposoby opatrywania ran w zależności od miejsca zranienia</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia pojęcia: rana, krwotok, opatrunek uciskowy, opatrunek osłaniający</li> <li>- wykonuje w obrębie kończyny opatrunki uciskowe i osłaniające</li> <li>- wymienia rodzaje krwotoków i charakteryzuje je</li> <li>- stosuje rękawiczki ochronne podczas opatrywania ran</li> <li>- bezpiecznie zdejmuje rękawiczki ochronne</li> <li>- wykonuje opatrunek zależnie od miejsca zranienia (inne niż kończyna)</li> <li>- demonstruje sposób tamowania krwotoku z nosa</li> </ul>	A C, E A, B C, E C C, F	P P P P P PP
23	<b>Złamania i zwichnięcia</b>	III.13.f, III.13.g, III.13.h	<ul style="list-style-type: none"> <li>- typowe objawy urazów kości i stawów oraz ich rodzaje</li> <li>- opatrywanie złamań, skręceń i zwichnięć</li> <li>- sposoby unieruchamiania kończyn</li> <li>- zastosowanie chusty trójkątnej</li> <li>- postępowanie ratownicze w przypadku urazów kręgosłupa</li> <li>- zapobieganie urazom przy pracy, w sporcie i podczas rekreacji</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia pojęcia: złamanie, zwichnięcie, skręcenie</li> <li>- zna i stosuje zasady doraźnego unieruchomienia kości i stawów</li> <li>- zakłada temblak</li> <li>- omawia pryncypialne zasady postępowania w przypadku podejrzenia urazów kręgosłupa</li> <li>- opisuje najczęstsze okoliczności urazów kręgosłupa</li> <li>- podaje przykłady zapobiegania urazom w domu, w pracy, podczas rekreacji i w sporcie</li> </ul>	B B, E C, E B B B, F	PP P P P PP PP
24	<b>Oparzenia i odmrożenia</b>	III.14	<ul style="list-style-type: none"> <li>- oparzenia termiczne i chemiczne – okoliczności, objawy, pierwsza pomoc</li> <li>- udar słoneczny i udar ciepły – objawy, pierwsza pomoc</li> <li>- wychłodzenie i odmrożenie – przyczyny, pierwsza pomoc</li> <li>- zapobieganie oparzeniom (środowisko domowe, małe dzieci)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wyjaśnia pojęcia: oparzenie, udar słoneczny, udar ciepły, 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> <li>- demonstruje sposób schładzania oparzonej kończyny</li> <li>- proponuje skuteczne sposoby zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci</li> </ul>	A B, C C, F D, F	P P P PP

25–26	<b>Inne groźne przypadki</b>	III.1, III.2, III.3, III.5.a, III.5.b, III.11	<ul style="list-style-type: none"> <li>– pierwsza pomoc w przypadku: <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> <li>– zapobieganie zadławieniom u dzieci</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– omawia objawy oraz 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 działań 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> <li>• porażenia prądem</li> <li>• ukąszenia</li> <li>• użądlenia</li> </ul> </li> <li>– omawia sposoby zapewnienia bezpieczeństwa ratownika w wymienionych wypadkach</li> </ul>	<p>B, E</p> <p>B, F B, F B, E B, E B, F B, F B, F B, F B, F B, E</p>	<p>P</p> <p>P P PP PP PP P PP PP P</p>
27	<b>Powtórzenie materiału z zakresu pierwszej pomocy</b>	III.1, III.2, III.3, III.4, III.5, III.6, III.7, III.8, III.9, III.10, III.11, III.12, III.13, III.14	<ul style="list-style-type: none"> <li>– powtórzenie i utrwalenie wiadomości przekazanych w ramach poprzednich jednostek dydaktycznych</li> <li>– usystematyzowanie zdobytych wiadomości</li> <li>– przygotowanie uczniów do zaplanowanej formy kontroli wiedzy i umiejętności (prezentacja form i zakresu oraz narzędzi dydaktycznych przewidzianych do realizacji)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– łączy poszczególne zagadnienia w ciąg przyczynowo-skutkowy</li> <li>– dostrzega słabe i mocne strony proponowanych rozwiązań</li> <li>– proponuje własne – alternatywne – rozwiązania</li> <li>– sprawnie operuje poznanym słownictwem</li> <li>– trafnie argumentuje</li> <li>– sprawnie realizuje działania ratownicze</li> <li>– dysponuje wiedzą pozapodręcznikową</li> <li>– rozwija swoje zainteresowania w zakresie przedmiotu</li> </ul>	<p>B</p> <p>C, D</p> <p>D, F B D, E C, E D D, F</p>	<p>PP</p> <p>PP</p> <p>P PP P P PP PP</p>

28–29	<b>Zdrowie jako wartość. Zasady zdrowego stylu życia</b>	IV.1, IV.2, IV.3, IV.5, IV.6	<ul style="list-style-type: none"> <li>– definicja zdrowia i jego rodzaje</li> <li>– czynniki mające wpływ na zdrowie – zależne i niezależne od człowieka</li> <li>– zachowania prozdrowotne oraz krótko- i długoterminowe konsekwencje ich zaniedbania</li> <li>– zachowania ryzykowne i ich konsekwencje</li> <li>– wyznaczniki i parametry stanu organizmu</li> <li>– źródła informacji o świadczeniach i usługach medycznych oraz o zdrowiu</li> <li>– indywidualny plan troski o zdrowie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– definiuje zdrowie</li> <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> <li>– wymienia zachowania prozdrowotne</li> <li>– wymienia zachowania szkodliwe dla zdrowia (ryzykowne) i wskazuje te, które szczególnie często występują wśród nastolatków</li> <li>– opisuje przewidywane skutki zachowań korzystnych i niekorzystnych dla zdrowia, zarówno te krótko-, jak i długofalowe</li> <li>– określa rzetelne źródła informacji o zdrowiu oraz świadczeniach i usługach medycznych</li> <li>– wymienia wyznaczniki stanu ludzkiego organizmu i opisuje sposoby ich kontrolowania</li> <li>– analizuje i ocenia własne zachowania i możliwości związane ze zdrowiem</li> <li>– proponuje indywidualny plan żywieniowy, treningowy, program aktywnego wypoczynku oraz inne, istotne działania, sprzyjające jego prawidłowemu funkcjonowaniu w środowisku przyrodniczym i społecznym</li> </ul>	<p>A B</p> <p>A</p> <p>A, E A</p> <p>B, E</p> <p>B, F</p> <p>A,C,F</p> <p>B, E</p> <p>B, E</p>	<p>PP PP</p> <p>PP</p> <p>P P</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p>
30	<b>Choroby cywilizacyjne</b>	IV.1, IV.2, IV.5, IV.6, IV.7	<ul style="list-style-type: none"> <li>– podział i przykłady chorób cywilizacyjnych</li> <li>– przyczyny chorób cywilizacyjnych</li> <li>– wpływ stresu na zdrowie człowieka i sposoby walki z nim</li> <li>– profilaktyka chorób cywilizacyjnych oraz ich dotkliwe skutki społeczne</li> <li>– wybrane problemy zdrowia psychicznego (depresja, anoreksja, uzależnienia behawioralne)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– wymienia główne choroby cywilizacyjne</li> <li>– wymienia główne przyczyny chorób cywilizacyjnych</li> <li>– wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie</li> <li>– proponuje zestaw działań łagodzących skutki stresu</li> <li>– omawia objawy depresji, anoreksji i uzależnień behawioralnych</li> <li>– proponuje sposoby zapobiegania chorobom cywilizacyjnym</li> </ul>	<p>A A, B</p> <p>B D</p> <p>B D</p>	<p>PP PP</p> <p>P P</p> <p>PP PP</p>

31-32	<b>Komunikacja interpersonalna w trosce o zdrowie</b>	IV.4, IV.6, IV.7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- komunikacja werbalna i niewerbalna</li> <li>- elementy komunikacji niewerbalnej</li> <li>- strefy dystansu komunikacyjnego</li> <li>- zasady aktywnego słuchania</li> <li>- zakłócenia w komunikacji</li> <li>- bariery komunikacyjne</li> <li>- asertywność: <ul style="list-style-type: none"> <li>- techniki asertywnego odmawiania</li> <li>- obrona własnych granic</li> </ul> </li> <li>- negocjacje</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- omawia znaczenie prawidłowej komunikacji interpersonalnej</li> <li>- wyjaśnia znaczenie terminów „komunikacja werbalna” i „komunikacja niewerbalna”</li> <li>- wymienia i świadomie wykorzystuje elementy komunikacji niewerbalnej</li> <li>- charakteryzuje strefy dystansu komunikacyjnego</li> <li>- wymienia zasady aktywnego słuchania</li> <li>- wymienia najczęstsze zakłócenia w komunikacji interpersonalnej oraz bariery komunikacyjne</li> <li>- wymienia zasady asertywności</li> <li>- buduje komunikaty asertywne</li> <li>- odmawia stanowczo i z zachowaniem wysokiej kultury</li> <li>- proponuje rozwiązania spornych kwestii zgodnie z zasadami negocjacji</li> </ul>	<p>B, E</p> <p>B</p> <p>A,C,F</p> <p>B</p> <p>A</p> <p>A</p> <p>A</p> <p>C, F</p> <p>C, F</p> <p>B, E</p>	<p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p>
33	<b>Powtórzenie materiału z zakresu profilaktyki zdrowotnej</b>	IV.1, IV.2, IV.3, IV.4, IV.5, IV.6, IV.7	<ul style="list-style-type: none"> <li>- powtórzenie i utrwalenie wiadomości przekazanych w ramach poprzednich jednostek dydaktycznych</li> <li>- usystematyzowanie zdobytych wiadomości</li> <li>- przygotowanie uczniów do zaplanowanej formy kontroli wiedzy i umiejętności (prezentacja form i zakresu oraz narzędzi dydaktycznych przewidzianych do realizacji)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- łączy logicznie poszczególne zagadnienia w ciąg przyczynowo-skutkowy</li> <li>- dostrzega słabe i mocne strony proponowanych rozwiązań</li> <li>- proponuje własne – alternatywne – rozwiązania</li> <li>- sprawnie operuje poznanym słownictwem</li> <li>- trafnie argumentuje</li> <li>- dysponuje wiedzą pozapodręcznikową</li> <li>- rozwija swoje zainteresowania w zakresie przedmiotu</li> </ul>	<p>B</p> <p>C, D</p> <p>D, F</p> <p>B</p> <p>D, E</p> <p>D</p> <p>D, F</p>	<p>PP</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p>

Opracował: mgr Wojciech Tatarczuk – nauczyciel edukacji dla bezpieczeństwa