

**Wymagania edukacyjne na ocenę śródroczną i roczną
edukacja dla bezpieczeństwa klasa 8
Rok szkolny 2022, 2023**

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobłą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
Dział 1. Bezpieczeństwo państwa					
Uwarunkowania bezpieczeństwa państwa	<ul style="list-style-type: none"> – wylicza fakty historyczne związane z bezpieczeństwem Polski, – wymienia czynniki wpływające na bezpieczeństwo Polski, 	<ul style="list-style-type: none"> – wylicza fakty historyczne związane z bezpieczeństwem Polski, – wymienia czynniki wpływające na bezpieczeństwo Polski, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia historyczne uwarunkowania bezpieczeństwa Polski, – opisuje czynniki wpływające na bezpieczeństwo Polski, – charakteryzuje przyczyny, które doprowadziły do upadku I Rzeczypospolitej, 	<ul style="list-style-type: none"> – analizuje problem bezpieczeństwa w dziejach Polski, – porównuje różne sytuacje historyczne w związku z bezpieczeństwem Polski, – ocenia znaczenie dla bezpieczeństwa państwa polskiego przemian, jakie zaszły na świecie po 1989 r., 	<ul style="list-style-type: none"> – analizuje problem bezpieczeństwa w dziejach Polski, – porównuje różne sytuacje historyczne w związku z bezpieczeństwem Polski, – ocenia znaczenie dla bezpieczeństwa państwa polskiego przemian, jakie zaszły na świecie po 1989 r.,
Bezpieczeństwo Polski	<ul style="list-style-type: none"> – przedstawia i charakteryzuje poszczególne rodzaje Sił Zbrojnych RP, – wymienia międzynarodowe struktury militarne, do których należy Polska, – wie, czym jest bezpieczeństwo oraz bezpieczeństwo narodowe, – przedstawia różnorodne dziedziny życia, których dotyczy termin bezpieczeństwo, 	<ul style="list-style-type: none"> – wie, w jaki sposób można ubiegać się o powołanie do służby wojskowej, – omawia znaczenie Wojsk Obrony Terytorialnej, – wyjaśnia, czym jest bezpieczeństwo rozumiane jako stan i jako proces, – podaje przykłady działań podejmowanych na rzecz bezpieczeństwa, 	<ul style="list-style-type: none"> – charakteryzuje międzynarodowe struktury militarne, do których należy Polska, – wymienia i charakteryzuje organizacje polityczno-gospodarcze, do których należy obecnie nasz kraj, – analizuje czynniki wpływające na bezpieczeństwo narodowe, – opisuje współczesne i historyczne rozumienie bezpieczeństwa, – wymienia elementy systemu bezpieczeństwa państwa, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia, jaką rolę odgrywa gospodarka i polityka w zapewnieniu obywatelom bezpieczeństwa, – omawia znaczenie stałej obecności wojsk amerykańskich w naszym kraju, – porównuje współczesne i historyczne działania na rzecz bezpieczeństwa narodowego, wyjaśnia, z jakiego powodu dbałość o bezpieczeństwo nigdy się nie kończy, 	<ul style="list-style-type: none"> – ocenia, jak przedstawia się obecnie stan bezpieczeństwa Polski, – potrafi wyjaśnić, jakie znaczenie miałyby stała baza amerykańska w Polsce dla bezpieczeństwa naszego kraju, uzasadnia, dlaczego najistotniejsze dla każdego polskiego obywatela – jest bezpieczeństwo Polski i dlaczego jest ono wartością najwyższą,
Dział 2. Powszechne i masowe zagrożenia we współczesnym świecie					
Klasyfikacja zagrożeń	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia, czym są zagrożenia czasu wojny i czasu pokoju, – podaje przykłady zagrożeń naturalnych, z którymi ludzie mieli do czynienia w przeszłości, 	<ul style="list-style-type: none"> – klasyfikuje i omawia rodzaje zagrożeń, – wyjaśnia, jakie jest miejsce terroryzmu w hierarchii zagrożeń, 	<ul style="list-style-type: none"> – rozróżnia zagrożenia naturalne i spowodowane działalnością człowieka, – opisuje środki rażenia współczesnego pola walki, – wymienia największe klęski żywiołowe ostatnich lat i dziesięcioleci na świecie, 	<ul style="list-style-type: none"> – potrafi uzasadnić przyjęty w trakcie lekcji system klasyfikacji zagrożeń, – analizuje niszczące efekty działalności człowieka z punktu widzenia współczesnych zagrożeń, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia, dlaczego konflikt totalny oznaczałby obecnie zagładę ludzkości,

<p>Służby ochrony i ratownictwa</p>	<ul style="list-style-type: none"> wymienia rodzaje służb ochrony i ratownictwa w Polsce, zna telefony alarmowe do poszczególnych służb, 	<ul style="list-style-type: none"> potrafi wezwać odpowiednie służby, wyjaśnia zasadę: „Rozmowę zawsze kończy dyspozytor”, 	<ul style="list-style-type: none"> omawia zastosowanie aplikacji mobilnej <i>Ratunek</i>, rozdziela zadania policji i Państwowej Straży Pożarnej, 	<ul style="list-style-type: none"> charakteryzuje Państwowe Ratownictwo Medyczne, opisuje funkcje ratownicze GOPR i WOPR, opisuje funkcjonowanie Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego, 	<ul style="list-style-type: none"> tlumaczy, dlaczego każdy z nas powinien bezwzględnie podporządkować się poleceniom służb ratowniczych i porządkowych,
<p>Ostrzeżenie i alarmowanie</p>	<ul style="list-style-type: none"> definiuje alarm i alarmowanie oraz wskazuje urzędnika najczęściej wykorzystywane jako źródła sygnału alarmowego, wymienia rodzaje alarmów, zna uniwersalne zasady zachowania w sytuacji zagrożenia, 	<ul style="list-style-type: none"> rozdziela sygnały alarmowe i komunikaty ostrzegawcze, wie, jakie są struktury i instytucje odpowiedzialne za alarmowanie i ostrzeżenie ludności w naszym kraju, zna obowiązki ludności, z których należy się wywiązać po usłyszeniu sygnału alarmowego, 	<ul style="list-style-type: none"> wie, jak zapobiegać wybuchowi paniki, opisuje strukturę systemu zarządzania kryzysowego, charakteryzuje model organizacji powiadamiania i reagowania kryzysowego, 	<ul style="list-style-type: none"> analizuje zadania Rządowego Centrum Bezpieczeństwa, opisuje Krajowy System Wykrywania Skażeń i Alarmowania, wyjaśnia, dlaczego każdy obywatel powinien bezwzględnie stosować się do poleceń wydawanych przez przedstawicieli służb ratowniczych i porządkowych, 	<ul style="list-style-type: none"> analizuje możliwe przyczyny sytuacji kryzysowych wymagających ostrzeżenia i alarmowania ludności, interpretuje, jak ostrzeżenie i alarmowanie ludności wpływa na bezpieczeństwo, uzasadnia celowość znajomości sygnałów alarmowych i komunikatów ostrzegawczych,
<p>Ewakuacja</p>	<ul style="list-style-type: none"> zna tryby ewakuacji, wie, na czym polegają ewakuacja zorganizowana i samoewakuacja, 	<ul style="list-style-type: none"> potrafi w trybie alarmowym ewakuować się z budynku, wskazuje drogi ewakuacji w szkole, wskazuje osoby odpowiedzialne za ewakuację, 	<ul style="list-style-type: none"> prezentuje sposoby transportu uszkodzonych, rozdziela znaki ewakuacyjne i informacyjne, sporządza listę rzeczy, które należy zabrać z domu w razie ogłoszenia ewakuacji, 	<ul style="list-style-type: none"> omawia zasady ewakuacji ludności i środków materialnych, charakteryzuje przygotowanie do ewakuacji planowanej, 	<ul style="list-style-type: none"> planuje inicjatywy zmierzające do rozwiązania problemów istotnych dla sprawnego przeprowadzenia procesu ewakuacji,
<p>Zagrożenie pożarem</p>	<ul style="list-style-type: none"> podaje, jakie warunki są wystarczające do wystąpienia pożarów, wyjaśnia termin <i>pożar w zarodku</i>, wie, jak zachować się w takiej sytuacji, definiuje pojęcia <i>pożar</i> i <i>trójkąt spalania</i>, 	<ul style="list-style-type: none"> opisuje przyczyny pożarów, wskazuje miejsca potencjalnie zagrożone wystąpieniem pożaru, umie obsługiwać podręczny sprzęt gaśniczy, 	<ul style="list-style-type: none"> klasyfikuje grupy pożarów i materiałów palnych, zna zasady ewakuacji w razie wystąpienia pożaru w domu, rozdziela wybrane znaki ochrony przeciwpożarowej, 	<ul style="list-style-type: none"> wie, jakie materiały palne można gasić gaśnicą określonego typu, wie, jak ważne jest zapobieganie panice, 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia konieczność przestrzegania zasad bezpieczeństwa własnego i innych ludzi podczas różnorodnych zagrożeń,
<p>Zagrożenie powodzią</p>	<ul style="list-style-type: none"> wymienia rodzaje powodzi, wie, jakie działania należy podjąć, aby zabezpieczyć dom na wypadek powodzi, wie, jakie informacje podać przedstawicielowi służb ratowniczych, 	<ul style="list-style-type: none"> opisuje zasady zachowania na wypadek powodzi, postępowania w razie jej wystąpienia, a także po jej ustąpieniu, wskazuje drogi ewakuacji w szkole, wymienia zasady higieny dla powodziarzy, opisuje zabezpieczenia przeciwpowodziowe, 	<ul style="list-style-type: none"> rozdziela czynną i bierną ochronę przeciwpowodziową, podaje, w jakich sytuacjach ogłasza się pogotowie przeciwpowodziowe, a kiedy – alarm powodziowy, zna zasady poruszania się samochodem w razie wystąpienia powodzi, 	<ul style="list-style-type: none"> rozdziela rodzaje powodzi ze względu na przyczynę ich wystąpienia, ocenia poziom zagrożenia powodzią w pobliżu swojego domu i swojej szkoły, opisuje rodzaje zabezpieczeń powodziowych w najbliższej okolicy, wie, jak ważne jest zapobieganie panice, 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, dlaczego pomoc służbom w sytuacji powodzi jest działaniem we własnym interesie,

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
Zimowe zagrożenia	<ul style="list-style-type: none"> wymienia zagrożenia występujące zimą, podaje czynniki sprzyjające wychłodzeniu i odmrożeniom, 	<ul style="list-style-type: none"> rozdziela stopnie odmrożeń, identyfikuje objawy wychłodzenia i hipotermii, 	<ul style="list-style-type: none"> charakteryzuje typowe zagrożenia związane z niską temperaturą w okresie zimowym, opisuje, jak należy postępować z osobą wychłodzoną i taką, która doznała odmrożeń, 	<ul style="list-style-type: none"> przedstawia zasady bezpiecznego podróżowania samochodem w warunkach zimowych, ocenia, jak warunki klimatyczne w Polsce wpływają na bezpieczeństwo człowieka w okresie zimowym, 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia konieczność przestrzegania zasad bezpieczeństwa własnego i innych ludzi podczas zimowych zagrożeń,
Niebezpieczne środki chemiczne	<ul style="list-style-type: none"> definiuje pojęcie skażenia chemicznego, wymienia przyczyny skażeń chemicznych, wskazuje substancje, które mogą wywołać skażenie chemiczne, 	<ul style="list-style-type: none"> opisuje oznaczenia pojazdów transportujących niebezpieczne substancje chemiczne, prezentuje, jakimi prostymi metodami można doraźnie chronić drogi oddechowe, wskazuje formacje przeciwdziałające skażeniom chemicznym, 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia oznaczenia występujące na tablicach ADR, umie zabezpieczyć dom (mieszkanie) przed niebezpiecznymi substancjami chemicznymi, 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia działania, które powinien podjąć świadek wypadku pojazdu przewożącego niebezpieczne substancje, tłumaczy zasady zachowania w razie uwolnienia niebezpiecznych substancji chemicznych, interpretuje zapisy na tablicach ADR, 	<ul style="list-style-type: none"> analizuje konsekwencje skażeń chemicznych dla ludzi, mienia i środowiska, rozumie rolę i znaczenie służb ratownictwa oraz wyjaśnia, dlaczego wszyscy bezwzględnie powinniśmy wykonywać polecenia ich przedstawicieli,
Terroryzm, przestępczość pospolita, cyberbezpieczeństwo.	<ul style="list-style-type: none"> wie, czym jest terroryzm, definiuje zamach terrorystyczny, wymienia znane zamachy terrorystyczne, wymienia sytuacje, które mogą stanowić zagrożenie bezpieczeństwa osobistego, podaje przykład skutecznej próby o pomoc w sytuacji zagrożenia, 	<ul style="list-style-type: none"> zna zasady zachowania się podczas ataku terrorystycznego z użyciem broni palnej i z użyciem materiałów wybuchowych, potrafi podać niezbędne informacje przedstawicielowi służb ratowniczych, rozdziela „nowy” i „stary” terroryzm, rozumie związek między demokracją a przestępczością, wyjaśnia pojęcie <i>wiktymologia</i>, cyberbezpieczeństwo, 	<ul style="list-style-type: none"> wskazuje różnice między terrorem i terroryzmem, potrafi wyjaśnić pojęcie fanatyzmu, wie, jak należy się zachować w razie stania się zakładnikiem, zna zagrożenia, które mogą pojawić się w środkach komunikacji publicznej, identyfikuje zagrożenia w sieci i wskazuje sposoby przeciwdziałania im, 	<ul style="list-style-type: none"> rozumie specyfikę współczesnego terroryzmu, charakteryzuje syndrom sztokholmski, klasyfikuje rodzaje terroryzmu ze względu na sposób działania sprawców, potrafi zachować ostrożność w miejscach publicznych, wie, jak należy się zachować w przypadku napaści bezpośredniej, wyjaśnia, dlaczego należy unikać walki na ulicy, 	<ul style="list-style-type: none"> przedstawia propozycje dotyczące działań na rzecz wyeliminowania terroryzmu ze współczesnego świata, charakteryzuje zasady bezpiecznego zachowania, które pozwolą zmniejszyć ryzyko stania się ofiarą przestępstwa,

Przygotowanie do szkolenia strzeleckiego - bezpieczne obchodzenie się z bronią, terenoznawstwo.	- wie, czym jest terenoznawstwo	- zna zasady korzystania ze strzelnicy szkolnej - określa swoje położenie względem stron świata	- zna zasady obchodzenia się z bronią	- zna zasady przechowywania sprzętu strzeleckiego	- zna zasady funkcjonowania obiektów strzelniczych
---	---------------------------------	--	---------------------------------------	---	--

Dział 3. Pierwsza pomoc przedmedyczna

<p>Apteczka pierwszej pomocy</p>	<ul style="list-style-type: none"> wymienia elementy łańcucha przeżycia, wyjaśnia, na czym polega obowiązek udzielania pomocy, 	<ul style="list-style-type: none"> tłumaczy różnice między pierwszą a dodatkową pomocą przedmedyczną, wie, jak wyposażyć apteczkę pierwszej pomocy, 	<ul style="list-style-type: none"> zna prawa ratownika, wyjaśnia, na czym polega postawa dobrego samarytanina, 	<ul style="list-style-type: none"> charakteryzuje regulacje prawne dotyczące udzielania pierwszej pomocy obowiązujące w Polsce, tłumaczy, dlaczego brak wiedzy i umiejętności nie usprawiedliwia osób, które nie udzielają pierwszej pomocy, 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia aspekty moralne związane z udzieleniem pomocy osobom w stanie zagrożenia życia,
<p>Postępowanie z osobą nieprzytomną</p>	<ul style="list-style-type: none"> na numery alarmowe, wie, na jakie niebezpieczeństwa narażony jest ratownik, ocenia swoje bezpieczeństwo w miejscu zdarzenia, potrafi sprawdzić przytomność poszkodowanego, 	<ul style="list-style-type: none"> potrafi wykonać rękoczyn czoło-zuchwa oraz sprawdzić podstawowe czynności życiowe, umie ułożyć osobę w pozycji bocznej ustalonej, wie, do czego i w jaki sposób może wykorzystać osoby postronne, demonstruje, jak powinno wyglądać sprawdzenie oddechu osoby poszkodowanej leżącej na brzuchu, 	<ul style="list-style-type: none"> zna stopnie utraty świadomości, wzywa pomoc, podając wszystkie niezbędne informacje w odpowiedniej kolejności, wymienia wypadki, w wyniku których może dojść do uszkodzenia kręgosłupa, uzasadnia, dlaczego osoba leżąca na brzuchu ma utrudnione oddychanie, 	<ul style="list-style-type: none"> zna obowiązki obywateli dotyczące udzielania pierwszej pomocy osobom, których życie i zdrowie jest bezpośrednio zagrożone, wie, jakie prawa przysługują ratownikowi zgodnie z ustawą o państwowym ratownictwie medycznym, samodzielnie odwraca na plecy – z zabezpieczeniem kręgosłupa – osobę leżącą na brzuchu, wyjaśnia, w jakich okolicznościach osobę leżącą na brzuchu należy odwrócić na plecy, 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia, że bezzwłoczne i prawidłowe wezwanie pomocy może mieć istotne znaczenie dla ratowania życia osoby nieprzytomnej, tłumaczy zasadę: <i>Nie poruszaj poszkodowanym bez wyraźnej potrzeby</i>,
<p>Resuscytacja osoby dorosłej, starszego dziecka i niemowlęcia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> umie ocenić swoje bezpieczeństwo w miejscu zdarzenia, potrafi sprawdzić przytomność poszkodowanego, wie, kiedy należy przerwać wykonywanie resuscytacji krążeniowo-oddechowej, podaje algorytm resuscytacji dziecka, zna klasyfikacje wiekowe obowiązujące w ratownictwie, 	<ul style="list-style-type: none"> wie, do czego i w jaki sposób może wykorzystać osoby postronne, wzywa pomoc, podając wszystkie niezbędne informacje w odpowiedniej kolejności, wyjaśnia, jak ważny jest czas w przypadku ratowania życia, rozumie różnicę między wiekiem rozwojowym a wiekiem metrykalnym wie, że przed udzieleniem pomocy niemowlęciu lub starszemu dziecku musi zwrócić się o pozwolenie do jego rodziców, 	<ul style="list-style-type: none"> demonstruje, jak powinno wyglądać sprawdzenie oddechu osoby poszkodowanej, potrafi omówić rolę układów oddechowego, krążeniowego, nerwowego, wykonyuje masaż serca u dziecka, wykonyuje masaż serca u niemowlęcia, wie, jak może zmienić się kolejność działań podczas udzielania pomocy niemowlęciu i starszemu dziecku, 	<ul style="list-style-type: none"> umie zastosować maseczkę do sztucznego oddychania, wykonyuje masaż serca, stosuje sztuczne oddychanie, rozdzieli pojęcia <i>resuscytacja i reanimacja</i>, wskazuje różnice między resuscytacją osoby dorosłej a resuscytacją dziecka (zwłaszcza niemowlęcia), wyjaśnia, na czym polega hipoksja, opisuje, na czym polega nagła śmierć łóżeczkowa, 	<ul style="list-style-type: none"> dowodzi, że brak tlenu jest niebezpieczny dla organizmu, opisując pracę układów dostarczających go do komórek, wyjaśnia, co oznacza zasada <i>najpierw pomagaj</i>, podaje, kogo ona dotyczy i jakie są od niej wyjątki,

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
		<ul style="list-style-type: none"> – demonstruje, jak przekonywać rodziców do wyrażenia zgody na udzielenie dziecku pomocy, 			
Zasady użycia AED	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia objawy nagłego zatrzymania krążenia, – rozpoznaje uniwersalny, obowiązujący od 2007 r., symbol AED, – wskazuje, gdzie można znaleźć instruktaż informujący, w jaki sposób obsługiwać AED, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia ogólnie pojęcie nagłego zatrzymania krążenia, – opisuje mechanizm leczniczy defibrylacji, – omawia zasady działania automatycznego zewnętrznego defibrylatora serca, 	<ul style="list-style-type: none"> – potrafi zastosować AED w połączeniu z wykonywaniem resuscytacji, – wskazuje na migotanie komór jako jedno z zaburzeń pracy serca, będące u osób dorosłych najczęstszą przyczyną NZK, 	<ul style="list-style-type: none"> – zna pojęcie <i>elektrody pediatryczne</i>, – wyjaśnia, kiedy używanie AED u dzieci jest dozwolone, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia, dlaczego nowoczesny automatyczny defibrylator serca jest „mądrzejszy” od ratownika, – przedstawia badania nad ratowaniem ludzkiego życia z wykorzystaniem prądu,
Postępowanie przy zadławieniach	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia objawy zadławienia, – rozróżnia zakrzuszenie i zadławienie, – wylicza przyczyny zadławienia, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia, na czym polega zadławienie, – rozumie niebezpieczeństwa związane ze stanem zadławienia, – identyfikuje kaszel jako naturalny odruch obronny organizmu, 	<ul style="list-style-type: none"> – wylicza niebezpieczeństwa związane z zadławieniem, – opisuje mechanizm zadławienia, – opisuje manewr Heimlicha, 	<ul style="list-style-type: none"> – demonstruje, jak należy udzielać pomocy zadławionym: dorosłemu, niemowlęciu i starszemu dziecku, – wymienia czynności szkodliwe w przypadku udzielania pomocy podczas zakrzuszenia lub zadławienia, 	<ul style="list-style-type: none"> – proponuje zasady, których powinno się przestrzegać podczas spożywania posiłków przez dzieci, by przeciwdziałać zadławieniu,
Tamowanie krwotoków	<ul style="list-style-type: none"> – podaje prawidłowe ciśnienie i puls człowieka, – opisuje rolę krwi w organizmie, – przedstawia ogólne zasady zabezpieczania krwawień, 	<ul style="list-style-type: none"> – omawia skład krwi i funkcjonowanie układu krwionośnego, – klasyfikuje rodzaje krwotoków w zależności od uszkodzonego naczynia krwionośnego, 	<ul style="list-style-type: none"> – dobiera czynności ratownicze właściwe w przypadku ran kończyn, głowy, klatki piersiowej, brzucha, – postępuje właściwie, gdy w ranie tkwi ciało obce, 	<ul style="list-style-type: none"> – zna zasady zabezpieczania amputacji urazowych, – tłumaczy, co oznacza pojęcie <i>replantacja</i>, – wie, jak należy użyć opaski uciskowej, – objaśnia, czym jest odczyn Biernackiego, 	<ul style="list-style-type: none"> – przytacza argumenty, przeciwko usuwaniu ciała obcego z rany, – wyjaśnia zasady postępowania w razie wystąpienia krwawień, uzasadniając, w jakich sytuacjach należy użyć opaski uciskowej, a w jakich – opatrunku wentylowego,
Urazy kości i stawów	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia ogólne zasady postępowania w przypadku złamań, – identyfikuje złamania kości jako urazy, które wymagają interwencji lekarskiej, 	<ul style="list-style-type: none"> – podaje czynności dozwolone i zabronione w przypadku zwichnięcia stawu, – wie, że nie wolno sprawiać bólu poszkodowanemu, 	<ul style="list-style-type: none"> – zna zasady użycia chusty trójkątnej do zabezpieczenia złamań, – umie użyć podręcznych przedmiotów do usztywnienia złamań, 	<ul style="list-style-type: none"> – potrafi unieruchomić złamaną kończynę górną za pomocą chusty trójkątnej i bandaży, – omawia szkielet człowieka, 	<ul style="list-style-type: none"> – opracowuje i prezentuje informacje na temat budowy i funkcji układu kostnego człowieka,

Poparzenia	<ul style="list-style-type: none"> – identyfikuje oparzenie i udar cieplny, – wymienia funkcje skóry człowieka, 	<ul style="list-style-type: none"> – rozróżnia stopnie oparzeń, – wyszczególnia przypadki poparzeń, bezwzględnie wymagające konsultacji z lekarzem, 	<ul style="list-style-type: none"> – odnosząc się do budowy skóry człowieka, omawia podstawową klasyfikację poparzeń, – potrafi udzielić doraźnej pomocy osobie poparzonej, 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje zastosowanie hydrożeli, – potrafi zdiagnozować udar cieplny i odpowiednio zareagować, – omawia pierwszą pomoc w przypadku oparzeń chemicznych, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia, jakie działania w domu należy podjąć, by zabezpieczyć dzieci przed poparzeniami,
Udar i zawał	<ul style="list-style-type: none"> – potrafi wymienić najczęstsze objawy zawału, – potrafi wymienić najczęstsze objawy udaru, – rozróżnia zawał i udar, 	<ul style="list-style-type: none"> – wskazuje przyczyny zawału i udaru, – objaśnia akronimy FAST i UDAR, 	<ul style="list-style-type: none"> – wie, jak powinien się zachować w razie wystąpienia u chorego zawału, – potrafi zareagować w przypadku wystąpienia u chorego objawów udaru, 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje zawał i udar jako choroby cywilizacyjne, – ma utrwaloną technikę zabezpieczenia poszkodowanego przed wychłodzeniem, – omawia przedszpitalną skalę udaru Cincinnati, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia, dlaczego zarówno w przypadku zawału, jak i udaru tak ważny jest czas,
Częste wypadki – atak epilepsji, wypadek drogowy, omdlenie	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia zasady zachowania w miejscu wypadku drogowego, – identyfikuje objawy epilepsji, – rozpoznaje objawy omdlenia, 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia czynności niewskazane w przypadku ataku epilepsji, – wie, jak należy się zachować w przypadku zauważenia osoby, u której wystąpił atak epilepsji, – rozumie, na czym polega specyfika wypadku drogowego w związku z bezpieczeństwem ratownika, 	<ul style="list-style-type: none"> – potrafi umiejętnie wydobyć poszkodowanego z pojazdu, – demonstruje trzy sposoby postępowania w sytuacji omdlenia, – ma utrwaloną technikę zabezpieczenia poszkodowanego przed wychłodzeniem, 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje, na czym polega <i>triage</i>, – charakteryzuje, w jakich przypadkach stosujemy chwyt Rauteka, – wyjaśnia, czego – wbrew obiegowym opiniom – nie należy robić, zabezpieczając chorego w trakcie ataku epilepsji, 	<ul style="list-style-type: none"> – przedstawia, w jakich sytuacjach i w jaki sposób zmotywuje osobę, która zemdlą, by poszła do lekarza,

Dział 4. Żyj zdrowo

Zdrowie i jego podstawy	<ul style="list-style-type: none"> – definiuje pojęcie <i>zdrowie</i>, – przedstawia różnorodne dziedziny życia, których dotyczy termin <i>zdrowie</i>, 	<ul style="list-style-type: none"> – charakteryzuje zdrowie jako stan i jako proces, – wymienia czynniki decydujące o długowieczności, 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje trzy wymiary zdrowia, – rozumie znaczenie właściwej ilości snu dla zdrowia, – potrafi wymienić wskaźniki zdrowia fizycznego, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia potrzebę dostosowania odpoczynku do rodzaju aktywności, – charakteryzuje oznaki stanu zdrowia, 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia, dlaczego o zdrowie należy dbać przez cały czas,
Zasady zdrowego żywienia	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia choroby cywilizacyjne (choroby ciała i zaburzenia zdrowia psychicznego), – podaje przyczyny chorób cywilizacyjnych, 	<ul style="list-style-type: none"> – objaśnia zależność pomiędzy chorobami cywilizacyjnymi a miejscem zamieszkania, – rozumie znaczenie pojęcia <i>zdrowa żywność</i>, – wymienia składniki zdrowej diety, – identyfikuje otyłość jako chorobę cywilizacyjną, 	<ul style="list-style-type: none"> – ma świadomość negatywnego wpływu sztucznych dodatków stosowanych w produkcji żywności na zdrowie, – zna zasady zdrowego odżywiania się na co dzień, – przypisuje zaburzenia zdrowia psychicznego do chorób cywilizacyjnych, 	<ul style="list-style-type: none"> – charakteryzuje przykładowe dodatki chemiczne do żywności, – identyfikuje przykładowe symbole dodatków chemicznych do żywności, – opisuje znaczenie kwasów omega-6 i omega-3 dla organizmu człowieka, 	<ul style="list-style-type: none"> – planuje dla siebie zdrowe i pełnowartościowe posiłki, – układa przepisy kulinarne, np. na zdrowy deser, kaloryczne drugie danie, smaczny i zdrowy napój,

Temat w podręczniku	Wymagania na ocenę				
	dopuszczającą	dostateczną	dobrą	bardzo dobrą	celującą
	Uczeń:				
Uzależnienia i jak im przeciwdziałać. Aktywność fizyczna	<ul style="list-style-type: none"> – definiuje pojęcia <i>uzależnienie</i> i <i>substancja psychoaktywna</i>, – wymienia substancje psychoaktywne, – wymienia korzyści wynikające z aktywności fizycznej, 	<ul style="list-style-type: none"> – klasyfikuje uzależnienia, – przedstawia zależności pomiędzy zdrowiem a uzależnieniami, – charakteryzuje uzależnienia od substancji psychoaktywnych, 	<ul style="list-style-type: none"> – omawia szkodliwy wpływ substancji psychoaktywnych na zdrowie jednostki, – wymienia uzależnienia od czynności i wyjaśnia, dlaczego mogą być równie groźne jak uzależnienia od substancji psychoaktywnych, 	<ul style="list-style-type: none"> – przedstawia podstawowe kryteria, za pomocą których opisuje się i diagnozuje uzależnienia, – przedstawia fazy rozwoju uzależnień, – uzasadnia korzyści dla zdrowia wynikające z uprawiania wybranej dyscypliny sportowej, – definiuje pojęcia <i>endorfiny</i> i <i>zespół odstawienny</i>, 	<ul style="list-style-type: none"> – potrafi dowiedzieć, że regularna aktywność fizyczna jest dla jednostki niezastąpionym źródłem zdrowia,
Rozwój sfery emocjonalno-społecznej	<ul style="list-style-type: none"> – przedstawia różnorodne dziedziny życia, których dotyczy termin <i>zdrowie psychiczne</i>, – wie, jakie są zagrożenia dla zdrowia psychicznego jednostki, – wymienia, jakie są formy rozwiązywania konfliktów. 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia oznaki zdrowia psychicznego u dorosłych i dzieci, – opisuje zasady dobrej komunikacji interpersonalnej, – identyfikuje stres jako nieodłączny element życia człowieka. 	<ul style="list-style-type: none"> – charakteryzuje elementy zdrowia psychicznego, – wyjaśnia, czym jest stres, – opisuje bariery komunikacyjne – wymienia techniki asertywnego odmawiania, – wyjaśnia, czym różni się rola arbitra od roli mediatora. 	<ul style="list-style-type: none"> – tłumaczy, czym różni się postawa asertywna od agresywnej, – wymienia zasady negocjacji z dorosłymi, – wyjaśnia, w jaki sposób mediacje i negocjacje mogą pomóc w rozwiązywaniu problemów oraz łagodzeniu konfliktów. 	<ul style="list-style-type: none"> – potrafi wytłumaczyć, jak ważną rolę odgrywają emocje w życiu człowieka, – uzasadnia, dlaczego komunikacja interpersonalna jest umiejętnością prospołeczną, – argumentuje, dlaczego mediacje i negocjacje są najskuteczniejszą formą rozwiązywania konfliktów.