**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 zakażeniem w kontakcie z krwią i płynami ustrojowymi, stosowania uniwersalnych środków ochrony osobistej. | * 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 łańcucha ratunkowego; * wskazać przyczyny i  okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenie stanu zdrowia lub zagrożenia życia. |
| 3. Ocena stanu poszkodowanych | * 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. | * 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. |
| 4. Postępowanie podczas utraty przytomności i zasłabnięć | * ocenić przytomność poszkodowanego; * 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. | * postępować według poznanego schematu ratunkowego; * udzielić pomocy osobie omdlałej; * wymienić zagrożenia dla osoby nieprzytomnej. | * wyjaśnić mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; * omówić zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika. | * wykazać związek między utratą przytomności a zagrożeniem życia; * wymienić przyczyny i objawy nagłych zasłabnięć i utraty przytomności. | * wyjaśnić rolę układu nerwowego, układu 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 pomoc. | * 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 nagłego zatrzymania krążenia. | * uzasadnić konieczność udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; * wymienić warunki i czynniki zapewniające resuscytację wysokiej jakości. |
| 6. Ciała obce w organizmie | * wykonać na manekinie rękoczyny ratunkowe 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 opatrywania ran i unieruchamiania kończyn; * bezpiecznie zdjąć rękawiczki ochronne; * wezwać odpowiednią pomoc. | * 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. | * 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 kilkuosobowej grupy na wyprawę turystyczną w zależności od pory roku. | * uzasadnić konieczność opatrywania ran; * rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku. |
| 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 domowego i małych dzieci. | * 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. |
| 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** | | | | | |
| 1. **13. Zdrowie i czynniki je warunkujące** | * wymienić zachowania, które sprzyjają zdrowiu (prozdrowotne) oraz zagrażają zdrowiu, a także wskazać te, które szczególnie często występują wśród nastolatków. | * ocenić własne zachowania związane ze zdrowiem. | * 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. | * omówić krótkoterminowe i długoterminowe skutki zachowań sprzyjających (prozdrowotnych) i zagrażających zdrowiu; * wyjaśnić zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym i społecznym. | * wymienić rzetelne źródła informacji o zdrowiu, chorobach, świadczeniach i usługach zdrowotnych. |
| 1. **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. |
| **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 domu, szkole i najbliższej okolicy; * rozpoznać i prawidłowo zareagować na sygnał alarmu o pożarze w szkole. | * 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. | * wskazać w szkole miejsca szczególnie zagrożone wystąpieniem pożaru i uzasadnić swój wybór. | * wyjaśnić najczęstsze przyczyny powstawania pożarów; * uzasadnić celowość przestrzegania zasad ochrony przeciwpożarowej. | * uzasadnić potrzebę przeciwdziałania 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 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. |