

Plan wynikowy

Wymagania podstawowe		Wymagania ponadpodstawowe	
Lp.	Nr i temat lekcji	Uczeń:	
Dział 1. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc			
1.	O czym będziemy się uczyć na lekcjach EdB – zasady bezpieczeństwa	<ul style="list-style-type: none"> wymienia główne założenia programowe przedmiotu; wypowiada się na temat swoich zainteresowań, oczekiwania wobec nauczyciela oraz proponowanych treści i metod pracy; prawidłowo składa meldunek do rozpoczęcia lekcji. 	<ul style="list-style-type: none"> rozumie i wskazuje elementy humanitarne w programie przedmiotu; omawia zasady przynależności do organizacji SIM PCK; potrafi wskazać, w jaki sposób dotrzeć do regulaminów interesujących go konkursów i zawodów sportowo-obronnych.
2.	Nasz kontrakt edukacyjny	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia znaczenie zredagowanych zasad pracy na lekcjach; planuje swoją naukę zgodnie z wymaganiami przedmiotowymi; rozdziela sygnały alarmowe obowiązujące w szkole. 	<ul style="list-style-type: none"> formuluje i redaguje wnioski dotyczące zasad obowiązujących na lekcji; rozdziela wymagania podstawowe i ponadpodstawowe; stosuje się do odpowiednich komend na wypadek alarmu w szkole.
3.	1. Istota udzielania pierwszej pomocy	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia znaczenie udzielania pierwszej pomocy; wyjaśnia zasady zachowania się ratujących (świadków zdarzenia) w miejscu wypadku; omawia zasady zabezpieczenia miejsca wypadku; przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć. 	<ul style="list-style-type: none"> ocenia zachowanie się świadków zdarzenia (ratujących) na miejscu wypadku; rozumie znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy przez świadka zdarzenia; przedstawia rolę świadka zdarzenia w udzielaniu pierwszej pomocy.
4.	2. Łańcuch ratunkowy – nie masz prawa go zerwać	<ul style="list-style-type: none"> omawia zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika; wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; wskazuje sposoby zabezpieczenia się przed zakażeniem w kontakcie z krwią i płynami ustrojowymi; rozpoznaje osobę w stanie zagrożenia życia; wzywa odpowiednią pomoc. 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia, że prawidłowe wezwanie pomocy może mieć istotne znaczenie dla ratowania życia poszkodowanych; omawia poszczególne ogniwa łańcucha ratunkowego; rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej; wyjaśnia pojęcie „stan zagrożenia życia”; podaje przykład aplikacji na telefon komórkowy wspierającej udzielanie pierwszej pomocy.
5.	3. Ocena stanu poszkodowanych	<ul style="list-style-type: none"> ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzcina zmysłami, przez okres do 10 sekund); wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; udrażnia drogi oddechowe rękojnym czoło–żuchwa; ocenia przytomność poszkodowanego; systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej; wzywa odpowiednią pomoc; postępuje według poznanego schematu ratunkowego. 	<ul style="list-style-type: none"> dowodzi konieczności udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; odwraca na plecy poszkodowanego leżącego na brzuchu, gdy zachodzi taka konieczność; rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej; wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; wyjaśnia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych; wymienia objawy utraty przytomności.

Wymagania podstawowe		Wymagania ponadpodstawowe	
Lp.	Nr i temat lekcji	Uczeń:	
6.	4. Postępowanie podczas utraty przytomności i zasłabnięć	<ul style="list-style-type: none"> ocenia przytomność poszkodowanego; wymienia zagrożenia dla osoby nieprzytomnej; udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło–zuchwa; ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); układa osobę nieprzytomną w pozycji bezpiecznej; udziela pomocy osobie omdlełej; systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej. 	<ul style="list-style-type: none"> omawia przyczyny i objawy nagłych zasłabnięć i zachorowań; wykazuje związek między utratą przytomności a zagrożeniem życia; wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; stosuje schemat postępowania ratowniczego.
7.	5. Pierwsza pomoc w zaburzeniach oddychania i krążenia	<ul style="list-style-type: none"> ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło–zuchwa; ocenia przytomność poszkodowanego; systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej; wzywa odpowiednią pomoc; postępuje według poznanego schematu ratunkowego. 	<ul style="list-style-type: none"> dowodzi konieczności udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; odwraca na plecy poszkodowanego leżącego na brzuchu, gdy zachodzi taka konieczność; rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej; wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; wyjaśnia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych; wymienia objawy utraty przytomności.
8.	6. Ciała obce w organizmie	<ul style="list-style-type: none"> ocenia przytomność poszkodowanego; wymienia zagrożenia dla osoby nieprzytomnej; udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło–zuchwa; ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); układa osobę nieprzytomną w pozycji bezpiecznej; udziela pomocy osobie omdlełej; systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej. 	<ul style="list-style-type: none"> omawia przyczyny i objawy nagłych zasłabnięć i zachorowań; wykazuje związek między utratą przytomności a zagrożeniem życia; wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; stosuje schemat postępowania ratowniczego.

Lp.	Nr i temat lekcji	Wymagania podstawowe	Wymagania ponadpodstawowe
		Uczeń:	
9.	7. Pierwsza pomoc w zranieniach, skaleczeniach i ranach	<ul style="list-style-type: none"> • stosuje właściwe opatrunki w zależności od rodzaju urazu i umiejscowienia rany; • wykonuje opatrunek osłaniający na ranę głowy, szyi, twarzy, klatki piersiowej i jamy brzusznej; • omawia zasady udzielania pierwszej pomocy w urazach kończyn; • wymienia przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce domowej, samochodowej i przygotowanej na wyprawę turystyczną; • stosuje podstawowe zasady opatrywania ran; • wymienia środki stanowiące wyposażenie apteczki pierwszej pomocy; • wyjaśnia zastosowanie poszczególnych materiałów opatrunkowych; • wykonuje opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyn; • posługuje się chustą trójkątną podczas opatrywania ran i unieruchamiania kończyn. 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; • uzasadnia konieczność opatrywania ran; • planuje wyposażenie apteczki dla kilkuosobowej grupy na wyprawę turystyczną w zależności od pory roku; • wskazuje zależność między sposobem opatrzenia rany a jej gojeniem się; • wyjaśnia pojęcie „rana”.
10.	8. Tamowanie krwotoków	<ul style="list-style-type: none"> • układa poszkodowanego w odpowiedniej pozycji, w zależności od umiejscowienia urazu; • wykonuje opatrunek uciskowy; • tamuje krwotok za pomocą opatrunku; • bezpiecznie zdejmuje rękawiczki ochronne; • wyjaśnia, jak rozpoznać krwotok zewnętrzny; • wzywa odpowiednią pomoc. 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; • wyjaśnia pojęcia: „rana”, „krwotok”; • wyjaśnia, dlaczego silny krwotok zagraża życiu.
11.	9. Urazy kości i uszkodzenia stawów	<ul style="list-style-type: none"> • wykorzystuje podręczne środki do unieruchomienia urazu; • stosuje zasady unieruchamiania doraźnego kości i stawów; • stosuje unieruchomienie obłożeniowe; • wzywa odpowiednią pomoc. 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia przykłady zapobiegania urazom w sporcie, w domu, w pracy; • wyjaśnia pojęcie „złamanie”; • wymienia przyczyny urazów kostno-stawowych.
12.	10. Wpływ wysokiej temperatury na organizm człowieka	<ul style="list-style-type: none"> • omawia zasady postępowania w przypadku oparzenia termicznego; • wyjaśnia, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w oparzeniach; • demonstrowuje metodę chłodzenia w przypadku oparzenia kończyn; • charakteryzuje stopnie oparzeń termicznych; • wymienia przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci; • wzywa odpowiednią pomoc. 	<ul style="list-style-type: none"> • omawia skutki działania wysokiej temperatury na organizm człowieka; • wyjaśnia pojęcie „oparzenie”; • przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas lekcji.

Wymagania podstawowe		Wymagania ponadpodstawowe	
Lp.	Nr i temat lekcji	Uczeń:	Uczeń:
13.	11. Wpływ niskiej temperatury na organizm człowieka	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia pojęcia: „odmrożenie”, „wychłodzenie”; • wyjaśnia, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w odmrożeniach; • omawia zasady postępowania w przypadku odmrożenia miejscowego; • udziela pomocy w przypadku odmrożenia miejscowego; • wzywa odpowiednią pomoc. 	<ul style="list-style-type: none"> • omawia skutki działania niskiej temperatury na organizm człowieka; • charakteryzuje stopnie odmrożeń; • przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas lekcji.
14.	12. Postępowanie w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia	<ul style="list-style-type: none"> • przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas lekcji; • rozpoznaje stan poszkodowanego, sprawdza czynności życiowe; • omawia zasady postępowania w zależności od sytuacji urazowej; • wymienia zagrożenia dla osoby nieprzytomnej; • rozpoznaje u osoby stan zagrożenia życia; • udziela pomocy osobie porażonej prądem; • wzywa odpowiednią pomoc. 	<ul style="list-style-type: none"> • rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; • podaje przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach; • wyjaśnia, jak należy udzielać pomocy podczas kąpieli, załamania lodu, porażeniu prądem.
Dział 2. Edukacja zdrowotna			
15.	13. Zdrowie i czynniki je warunkujące	<ul style="list-style-type: none"> • odróżnia czynniki środowiskowe i społeczne (korzystne i szkodliwe), na które człowiek może mieć wpływ, od takich, na które nie może mieć wpływu; • wymienia zachowania, które sprzyjają zdrowiu (prozdrowotne) oraz zagrażają zdrowiu, a także wskazuje te, które szczególnie często występują wśród nastolatków; • wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie; • ocenia własne zachowania związane ze zdrowiem. 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia rzetelne źródła informacji o zdrowiu, chorobach, świadczeniach i usługach zdrowotnych; • wyjaśnia zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym i społecznym; • omawia krótkoterminowe i długoterminowe skutki zachowań sprzyjających (prozdrowotnych) i zagrażających zdrowiu.
16.	14. Komunikacja interpersonalna	<ul style="list-style-type: none"> • dobiera i demonstruje umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa, zachowania asertywne, negocjowanie). 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia rzetelne źródła informacji o zdrowiu, chorobach, świadczeniach i usługach zdrowotnych; • ustala, co sam może zrobić, aby stworzyć warunki środowiskowe i społeczne, które są korzystne dla zdrowia (ochrona środowiska przyrodniczego, wsparcie społeczne, komunikacja interpersonalna, współpraca osób, instytucji i organizacji na rzecz zdrowia).

Wymagania podstawowe		Wymagania ponadpodstawowe	
Lp.	Nr i temat lekcji	Uczeń:	
Dział 3. Bezpieczeństwo państwa			
17.	15. Bezpieczne państwo	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, co rozumie przez pojęcie „bezpieczne państwo”; • wymienia składniki bezpieczeństwa państwa; • wymienia i charakteryzuje podstawowe pojęcia związane z bezpieczeństwem państwa. 	<ul style="list-style-type: none"> • podejmuje dyskusję na temat bezpieczeństwa państwa; • określa istotę problemu bezpieczeństwa.
18.	16. Polska a bezpieczeństwo międzynarodowe	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia czynniki mające wpływ na bezpieczeństwo Polski; • wymienia organizacje międzynarodowe i przedstawia ich rolę w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski; • orientuje się w geopolitycznych uwarunkowaniach bezpieczeństwa, wynikających z położenia Polski. 	<ul style="list-style-type: none"> • omawia filary współczesnego bezpieczeństwa Polski; • omawia rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski.
Dział 4. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń			
19.	17. Ostrzeżenie i alarmowanie ludności o zagrożeniach	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia zasady zachowania się ludności po usłyszeniu sygnału alarmowego; • wymienia zasady ostrzegania ludności o zagrożeniach; • rozróżnia poszczególne sygnały alarmowe i środki alarmowe; • omawia rodzaje alarmów; • omawia sposób zachowania się uczniów po usłyszeniu sygnału alarmu; • wskazuje drogi ewakuacji w szkole. 	<ul style="list-style-type: none"> • uzasadnia przydatność znajomości sygnałów alarmowych; • omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; • uzasadnia znaczenie bezwzględne stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów.
20.	18. Zagrożenia powodziowe	<ul style="list-style-type: none"> • podaje zasady postępowania w razie zagrożenia powodzią; • wymienia przykłady zagrożeń związanych z wystąpieniem powodzi; • omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji wystąpienia powodzi; • omawia znaczenie kolorów stosowanych w ratownictwie powodziowym. 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, dlaczego na terenach powodziowych należy przeciwdziałać panice; • uzasadnia znaczenie bezwzględne stosowania się do zaleceń służb ratowniczych.
21.	19. Zagrożenia pożarowe	<ul style="list-style-type: none"> • wskazuje miejsca w domu, szkole i najbliższej okolicy, które są szczególnie zagrożone wystąpieniem pożaru, i uzasadnia swój wybór; • rozpoznaje i prawidłowo reaguje na sygnał alarmu o pożarze w szkole; • omawia zasady zachowania się podczas pożarów; • omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożenia cywilizacyjnych; • uzasadnia znaczenie bezwzględne stosowania się do zaleceń służb ratunkowych. 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia najczęstsze przyczyny powstawania pożarów; • planuje postępowanie uczniów po usłyszeniu sygnału o pożarze; • uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice; • uzasadnia celowość przestrzegania zasad ochrony przeciwpożarowej.

Wymagania podstawowe		Wymagania ponadpodstawowe	
Lp.	Nr i temat lekcji	Uczeń:	
22.	20. Zagrożenia związane z działalnością człowieka	<ul style="list-style-type: none"> wymienia przykłady nadzwyczajnych zagrożeń wywołanych przez człowieka; omawia zasady zachowania się podczas wypadków i katastrof komunikacyjnych, technicznych i innych; uzasadnia znaczenie bezwzględного stosowania się do zaleceń służb ratunkowych. 	<ul style="list-style-type: none"> opisuje rodzaje zagrożeń związanych z działalnością człowieka; uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice; omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożeń cywilizacyjnych.
23.	21. Zagrożenia wywołane substancjami toksycznymi	<ul style="list-style-type: none"> opisuje zasady postępowania w razie uwolnienia niebezpiecznych środków chemicznych; wymienia przykłady zagrożeń środowiskowych; omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożenia substancjami toksycznymi. 	<ul style="list-style-type: none"> opisuje miejsca eksponowania znaków substancji toksycznych; wymienia przykłady nadzwyczajnych zagrożeń wywołanych przez człowieka; planuje kolejność działań domowników w sytuacji zagrożenia chlorem gazowym; uzasadnia znaczenie bezwzględного stosowania się do zaleceń różnych służb i innych podmiotów.
24.	22. Ewakuacja z terenu zagrożonego	<ul style="list-style-type: none"> wymienia przykłady zagrożeń środowiskowych mogących być przyczyną ewakuacji; przedstawia obowiązki ludności w sytuacjach wymagających ewakuacji; uzasadnia znaczenie bezwzględного stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożenia. 	<ul style="list-style-type: none"> planuje ewakuację rodziny na wypadek kłęski żywiołowej; uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice; omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w czasie prowadzenia ewakuacji z terenu zagrożonego.
25.	23. Zagrożenia terrorystyczne	<ul style="list-style-type: none"> omawia zasady postępowania w sytuacji wystąpienia zdarzenia terrorystycznego; przedstawia zasady zachowania się ludności w sytuacji pojawienia się grupy antyterrorystycznej; omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji wystąpienia zdarzenia terrorystycznego. 	<ul style="list-style-type: none"> uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice; uzasadnia znaczenie bezwzględного stosowania się do zaleceń służb biorących udział w zdarzeniu antyterrorystycznym.