

## Wymagania programowe na poszczególne oceny

### 1. Postępowanie w sytuacjach zagrożeń

| Ocena                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| dopuszczająca<br>[1]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | dostateczna<br>[1 + 2]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | dobra<br>[1 + 2 + 3]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | bardzo dobra<br>[1 + 2 + 3 + 4]                                                                                                                                                                                                       | celująca<br>[1 + 2 + 3 + 4+5]                                                                                                                                                      |
| <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje zasady zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu</li> <li>rozpoznaje zagrożenia</li> <li>wymienia nazwy służb działających na rzecz zwalczania zagrożeń</li> <li>wymienia główne przyczyny pożarów</li> <li>opisuje zasady postępowania podczas pożaru</li> <li>wymienia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas pożaru</li> <li>wymienia rodzaje podręcznego sprzętu gaśniczego</li> <li>rozpoznaje znaki ochrony przeciwpożarowej</li> <li>omawia zasady zachowania podczas ataku terrorystycznego (np. wtargnięcie uzbrojonej osoby do szkoły)</li> <li>opisuje obowiązki pieszego i kierowcy wobec pojazdu uprzywilejowanego</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje kluczowe elementy szkolnej instrukcji ewakuacji: <ul style="list-style-type: none"> <li>sygnały</li> <li>drogi i wyjścia ewakuacyjne</li> <li>miejsce zbiórki</li> <li>zasady zachowania podczas ewakuacji</li> </ul> </li> <li>wymienia podstawowe środki alarmowe</li> <li>opisuje sposób użycia podręcznego sprzętu gaśniczego</li> <li>charakteryzuje zagrożenia pożarowe w domu, szkole i najbliższej okolicy</li> <li>przedstawia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas powodzi, pożaru lub innych klęsk żywiołowych</li> <li>opisuje zakres i sposób przygotowania się do planowanej ewakuacji</li> <li>opisuje zasady postępowania podczas powodzi, śnieży, wichury, burzy</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>omawia zasady postępowania po ogłoszeniu alarmu</li> <li>omawia zasady postępowania po opublikowaniu komunikatu ostrzegawczego</li> <li>charakteryzuje działalność i zadania społecznych podmiotów ratowniczych, w tym: Ochotniczej Straży Pożarnej, GOPR, WOPR</li> <li>opisuje sposoby gaszenia najczęściej występujących pożarów (w zarodku)</li> <li>wyjaśnia zasady zaopatrzenia ludności ewakuowanej w wodę i żywność</li> <li>wymienia rodzaje znaków substancji toksycznych</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>charakteryzuje stopnie ewakuacji</li> <li>omawia zasady ewakuacji zwierząt z terenów zagrożonych</li> <li>uzasadnia i proponuje skuteczne sposoby zapobiegania panice</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>redaguje treść komunikatu ostrzegawczego o zbliżającym się (wybrany) zagrożeniu dla miejscowości, w której mieszka</li> </ul> |

## 2. Bezpieczeństwo państwa

| Ocena                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| dopuszczająca<br>[1]                                                                                                                                                                                                                                                                                                             | dostateczna<br>[1 + 2]                                                                                                                                                                                                                                                          | dobra<br>[1 + 2 + 3]                                                                                                                                                                                                                                                                                                | bardzo dobra<br>[1 + 2 + 3 + 4]                                                                                                                                                                                                                                                               | celująca<br>[1 + 2 + 3 + 4+5]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia i charakteryzuje dziedziny bezpieczeństwa państwa</li> <li>wymienia elementy składowe systemu bezpieczeństwa i jego poszczególne instytucje,</li> <li>wymienia rodzaje sił zbrojnych RP</li> <li>rozpoznaje podstawowe typy uzbrojenia Sił Zbrojnych RP</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>omawia zadania, strukturę oraz podstawowe uzbrojenie i wyposażenie Sił Zbrojnych RP</li> <li>wymienia i uzasadnia geopolityczne aspekty bezpieczeństwa państwa</li> <li>charakteryzuje rodzaje sił zbrojnych RP</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>identyfikuje wyzwania dla bezpieczeństwa indywidualnego i zbiorowego</li> <li>wyjaśnia znaczenie pojęcia cyberprzemocy, opisuje procedury postępowania w przypadku jej wystąpienia</li> <li>wymienia najczęstsze zagrożenia dla cyberbezpieczeństwa</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia zadania i kompetencje władz państwowych oraz samorządowych w zakresie obronności</li> <li>proponuje działania podnoszące bezpieczeństwo w sieci</li> <li>wymienia główne zagrożenia dla współczesnego bezpieczeństwa</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>jest członkiem organizacji skautowych lub proobronnych, lub grup rekonstrukcyjnych itp.</li> <li>doskonali się w wybranej dyscyplinie sportowej przydatnej w zakresie obronności kraju (sporty walki, strzelectwo, lekkoatletyka, biegi na orientację, jeździectwo, pływanie, nurkowanie, spadochroniarstwo itp.)</li> </ul> |

## 3. Podstawy pierwszej pomocy

| Ocena                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| dopuszczająca<br>[1]                                                                                                                                                                                                                                      | dostateczna<br>[1 + 2]                                                                                                                                                                                                                                 | dobra<br>[1 + 2 + 3]                                                                                                                                                                                                                                         | bardzo dobra<br>[1 + 2 + 3 + 4]                                                                                                                                                                                                                          | celująca<br>[1 + 2 + 3 + 4+5]                                                                                                                                                                                                                |
| <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>podaje definicję pierwszej pomocy</li> <li>wymienia działania wchodzące w zakres pierwszej pomocy</li> <li>potrafi rozpoznać osobę w stanie zagrożenia życia</li> <li>opisuje wyposażenie</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>opisuje rolę układów: oddychania, krążenia i nerwowego dla prawidłowego funkcjonowania organizmu</li> <li>omawia zasady postępowanie w przypadku omdlenia</li> <li>wykonuje podstawowe</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>przeprowadza wywiad ratowniczy SAMPLE</li> <li>wymienia najczęstsze przyczyny utraty przytomności</li> <li>proponuje działania samopomocowe po zaobserwowaniu objawów zwiastujących omdlenie</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>wymienia i opisuje poszczególne ogniwa łańcucha przeżycia</li> <li>omawia znaczenie pojęcia „złota godzina”</li> <li>opisuje sytuacje, w jakich można prowadzić resuscytację z wyłącznym</li> </ul> | <p>Uczeń:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>uczestniczył w pozaszkolnych formacjach związanych z ratownictwem medycznym</li> <li>potrafi zainstalować w telefonie komórkowym system ostrzegania o lokalnych zagrożeniach</li> </ul> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| <p>apteczki pierwszej pomocy; wymienia przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce, np. domowej</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisuje zasady bezpiecznego postępowania w miejscu zdarzenia</li> <li>• prawidłowo wzywa pomoc</li> <li>• opisuje zasady postępowania z osobą nieprzytomną</li> <li>• systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej</li> <li>• opisuje metody udzielania pierwszej pomocy w urazach kończyn</li> <li>• omawia zasady postępowania przeciwwstrząsowego</li> <li>• wymienia objawy związane z najczęstszymi obrażeniami narządu ruchu</li> <li>• omawia zasady postępowania z poszkodowanymi, u których podejrzewa się uraz kręgosłupa</li> <li>• proponuje zastosowanie zastępczych środków opatrunkowych</li> <li>• w sytuacjach symulowanych prawidłowo unieruchamia kończynę po urazie w zastanej</li> </ul> | <p>czynności resuscytacji krążeniowo-oddechowej</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wykonuje podstawowe czynności pierwszej pomocy w zadławieniu</li> <li>• przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć</li> <li>• wykonuje opatrunk osłaniający na ranę w obrębie kończyny oraz opatrunek uciskowy</li> <li>• omawia i stosuje zasady unieruchamiania złamań kości długich i stawów</li> <li>• wyjaśnia, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w oparzeniach</li> <li>• opisuje zagrożenia dla życia związane z utratą dużej ilości krwi w krótkim czasie (wstrząs)</li> <li>• wymienia typowe objawy wstrząsu krwotocznego</li> <li>• bezpiecznie odwraca poszkodowanego z brzucha na plecy</li> <li>• układa poszkodowanego w pozycji bezpiecznej/ bocznej - ustalonej</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienia typowe objawy zwiastujące, poprzedzające omdlenie</li> <li>• wykonuje podstawowe opatrunki osłaniające w obrębie głowy i tułowia</li> <li>• zakłada opatrunek uciskowy na rany w obrębie głowy i tułowia</li> <li>• wymienia przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego</li> <li>• prawidłowo szacuje powierzchnię oparzeń</li> <li>• wyjaśnia cel doraźnego unieruchomienia kończyny (zmniejszenie bólu, ograniczenie ryzyka pogłębiania urazu, umożliwienie bezpiecznego transportu)</li> <li>• opisuje działania ratownicze w przypadku ciała obcego w oku</li> <li>• wymienia główne stany zagrożenia życia lub zdrowia</li> <li>• definiuje NZK, wymienia jego przyczyny i typowe objawy</li> <li>• charakteryzuje zagrożenia płynące ze strony wstrząsu anafilaktycznego</li> </ul> | <p>uciskaniem klatki piersiowej</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• opisuje algorytm podstawowych czynności resuscytacyjnych u niemowląt i dzieci</li> <li>• praktycznie wykorzystuje w sytuacjach symulowanych automatyczny defibrylator (AED)</li> <li>• proponuje działania zapobiegające zadławieniu w typowych sytuacjach życia codziennego</li> <li>• omawia okoliczności i sposób zakładania opaski uciskowej</li> <li>• omawia sposób wykonania chwytu Rauteka i wskazuje okoliczności typowe dla jego zastosowania</li> <li>• umiejętnie stosuje schemat diagnostyczny FAST</li> </ul> |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|
| pozycji<br>• opisuje sposób udzielania pierwszej pomocy w przypadku: <ul style="list-style-type: none"> <li>o zawału serca</li> <li>o udaru mózgu</li> <li>o napadu duszności</li> <li>o porażenia prądem</li> <li>o ukąszenia lub użądlenia</li> <li>o napadu padaczkowego</li> <li>o hipo- lub hiperglikemii</li> </ul> |  |  |  |  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|

#### 4. Kształtowanie postaw obronnych

| Ocena                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| dopuszczająca<br>[1]                                                                                                                                                                         | dostateczna<br>[1 + 2]                                                                                                                                                                                                                                | dobra<br>[1 + 2 + 3]                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | bardzo dobra<br>[1 + 2 + 3 + 4]                                                                                                                                                                | celująca<br>[1 + 2 + 3 + 4+5]                                                                                    |
| Uczeń: <ul style="list-style-type: none"> <li>• omawia zasadę BLOS</li> <li>• omawia zasady zachowania na strzelniczy</li> <li>• zna podstawowe zasady orientowania się w terenie</li> </ul> | Uczeń: <ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienia przykłady broni strzeleckiej</li> <li>• omawia przykłady urządzeń i narzędzi przydatnych podczas poruszania się w nieznanym terenie (kompas, GPS, mapy, punkty charakterystyczne)</li> </ul> | Uczeń: <ul style="list-style-type: none"> <li>• prawidłowo przyjmuje pozycje strzeleckie: stojąc, klęcząc, leżąc)</li> <li>• wymienia podstawowe elementy broni palnej</li> <li>• potrafi orientować się w terenie za pomocą: mapy, kompasu, GPS, punktów charakterystycznych</li> <li>• omawia ograniczenia związane z wykorzystaniem urządzeń GPS i kompasu</li> </ul> | Uczeń: <ul style="list-style-type: none"> <li>• potrafi zgrywać przyrządy celownicze</li> <li>• wymienia i charakteryzuje rodzaje map</li> <li>• omawia najważniejsze elementy mapy</li> </ul> | Uczeń: <ul style="list-style-type: none"> <li>• wymienia główne przyczyny wypadków podczas strzelania</li> </ul> |