

Bogusława Breitkopf, Teodor Jakobson, Zbigniew Worwa

# Przysposobienie obronne

**Program nauczania**  
**w liceum ogólnokształcącym,**  
**liceum profilowanym,**  
**technikum i zasadniczej szkole zawodowej**

Program nauczania dopuszczony do użytku szkolnego przez ministra właściwego do spraw oświaty i wychowania na podstawie recenzji dr Teresy Opolskiej, mgr. Romana Jastrzębskiego i mgr Danuty Petry i wpisany do wykazu programów dla liceum ogólnokształcącego, liceum profilowanego, technikum i zasadniczej szkoły zawodowej – kształcenie w zakresie podstawowym.

Numer dopuszczenia: DKOS-4015-1/02

# Ogólna charakterystyka programu

---

Przysposobienie obronne jest obowiązkowym przedmiotem nauczania w zakresie kształcenia ogólnego w liceach ogólnokształcących, liceach profilowanych, technikach i zasadniczych szkołach zawodowych. Ustawa z dnia 7 września 1991 r. *O systemie oświaty* oraz załącznik nr 4 i 5 do rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 21 maja 2001 r. w *sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego, kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół...* określają cele edukacyjne i zadania szkoły w zakresie nauczania przysposobienia obronnego, jego treści programowych i oczekiwanych osiągnięć uczniów.

Przysposobienie obronne młodzieży w szkołach, wyposażające uczniów w potrzebną wiedzę i umiejętności, jest elementem zbiorowego przygotowania ludności kraju do racjonalnych zachowań w przypadku wystąpienia zagrożeń indywidualnych i zbiorowych. Zdobyte przez uczniów umiejętności mają im umożliwić aktywne uczestnictwo w przedsięwzięciach obronnych, organizowanych przez organy administracji rządowej i niezespółonej oraz administrację samorządową i instytucje.

Niniejszy program nauczania przysposobienia obronnego zapewnia zdobycie i doskonalenie wiedzy oraz kluczowych umiejętności określonych w *Podstawie programowej...* Proces zdobywania umiejętności na gruncie wiedzy zakłada równocześnie kształtowanie u uczniów postaw społecznych opartych na takich wartościach, jak solidarność ludzka w obliczu zagrożenia, obowiązek niesienia pomocy potrzebującym i słabszym, powinność ochrony zdrowia własnego i innych ludzi, obowiązek przestrzegania prawa i poszanowania instytucji życia zbiorowego. Program jest skorelowany z treściami edukacji prozdrowotnej, materiałem nauczania głównie z zakresu fizyki, chemii, biologii i techniki w części dotyczącej bezpieczeństwa, troski o zdrowie i pierwszej pomocy.

Cele kierunkowe określone w *Podstawie programowej...* zostały w programie odpowiednio uszczegółowione w dziedzinach: poznawczej, psychomotorycznej i wychowawczej.

Program odnosi się również do ogólnych zadań szkoły i nauczycieli w zakresie rozwijania kompetencji kluczowych, określonych w *Podstawie programowej*. Znajduje to wyraz w celach szczegółowych przedmiotu, w treściach nauczania oraz w strategiach i metodach nauczania. Cele te odzwierciedlają integracyjny charakter przysposobienia obronnego, preferują zasady: wszech-

stronnego rozwoju ucznia, rozumienia przekazywanych treści i dostrzegania różnego rodzaju związków i zależności (również w warunkach ekstremalnych), wykorzystania osiągniętej wiedzy i nabytych umiejętności w sposób odpowiedzialny, operatywny i odważny.

Na realizację programu należy przeznaczyć w cyklu kształcenia 72 godziny. Materiał nauczania zawarty w programie został podzielony na moduły (obligatoryjny i fakultatywny) oraz na działy (bloki problemowe), tematy i zagadnienia. Struktura ta sprawia, że program jest w pełni przejrzysty, jasno precyzuje zakres materiału nauczania, a przyjęta kolejność działań i tematów pozwala pokazać w logicznym związku zagrożenia (przyczyny) i ich możliwe skutki, zalecane działania (czynności) zapobiegawcze w makro- i mikroskali oraz wskazane zachowania podczas niebezpiecznego wydarzenia, mające na celu zminimalizowanie ewentualnych strat ludzkich i materialnych.

W programie omówiono ponadto *procedury osiągania celów, standardy kształcenia oraz zasady kontroli i oceny osiągnięć uczniów*. Do programu załączono *Proponowany przydział godzin na realizację poszczególnych tematów oraz Wykaz podstawowych pomocy i środków dydaktycznych niezbędnych do realizacji treści programowych przysposobienia obronnego*.

Przy tworzeniu programu zwrócono szczególną uwagę na charakterystyczne cechy grupy wiekowej młodzieży go realizującej, umożliwiające operowanie (w wymaganym zakresie) pojęciami i sądami, stawianie hipotez, planowanie i sprawdzanie rozwiązań, stosowanie wiedzy i umiejętności w sytuacjach problemowych. Zakres obowiązkowego przyswajania przez uczniów faktów, terminów i różnych danych powinien się mieścić w granicach informacji niezbędnych do rozwiązywania problemów i poprawności działania, wyzwalania aktywności oraz pobudzania i kształtowania wyobraźni ucznia.

Przyjęto założenie, że uczniowie szkół ponadgimnazjalnych są w znacznym stopniu zróżnicowani pod względem poziomu wiedzy ogólnej, zdolności, możliwości percepcyjnych i zainteresowań sprawami obronności. Zarówno program, jak i opracowane na jego podstawie podręcznik, zeszyt ćwiczeń czy inne środki i pomoce dydaktyczne, a także programy komputerowe i Internet stwarzają duże możliwości wyboru sposobu realizacji celów i zadań szkoły oraz zdobycia przez uczniów zamierzonych osiągnięć. Nie do przecenienia jest w tym procesie nauczycielska koncepcja kształcenia obronnego, wynikająca z profilu kształcenia, przygotowania nauczyciela, poziomu ogólnego i zainteresowań uczniów oraz warunków i potrzeb lokalnych.

Program powinien być realizowany przez nauczycieli po studiach wyższych, podyplomowych lub kursie kwalifikacyjnym z zakresu przysposobienia obronnego.

# Cele nauczania

---

## **Główne cele nauczania przedmiotu przysposobienie obronne:**

- przygotowanie młodzieży do racjonalnych zachowań w obliczu zagrożeń naturalnych, cywilizacyjnych i militarnych,
- przyswojenie przez młodzież niezbędnej wiedzy i umiejętności w zakresie samoobrony indywidualnej i ochrony zbiorowej ludności, dóbr materialnych i środków egzystencji,
- ukształtowanie postaw proobronnych młodzieży i przygotowanie jej do uczestniczenia w przedsięwzięciach obronnych, podejmowanych przez organy administracji rządowej i niezespolonej oraz administrację samorządową i instytucje.

## **Szczegółowe cele przedmiotowe:**

### *1. Przyswojenie podstawowych wiadomości w zakresie:*

- rodzajów współczesnych zagrożeń czasu pokoju i wojny, które mogą spowodować ofiary w ludziach, straty materialne i szkody w środowisku,
- psychologicznych i społecznych problemów w sytuacjach kryzysowych i sposobów zapobiegania panice,
- podstawowych zadań systemu obronności państwa i powinności obronnych organów administracji, samorządów, instytucji i obywateli,
- zasad organizacji i funkcjonowania obrony cywilnej,
- zasad planowania, organizowania i prowadzenia działań,
- rodzajów alarmów i sposobów alarmowania ludności o zagrożeniach,
- zasad samoobrony i zachowania się w przypadkach zagrożenia radiacyjnego i chemicznego,
- zasad ochrony żywności, płodów rolnych, wody, paszy i zwierząt przed skażeniami i zakażeniami,
- przyczyn powstawania pożarów, zasad ochrony przeciwpożarowej i zwalczania małych pożarów,
- zasad ochrony przed powodzią i zachowania się w czasie powodzi,
- zasad humanitarnych ruchu czerwonokrzyżowego, ochrony ludności cywilnej i ofiar konfliktów zbrojnych międzynarodowych i niemiędzynarodowych, a także dóbr kulturalnych w świetle konwencji genewskich i haskich oraz protokołów dodatkowych do tych konwencji,

- zasad zachowania się na miejscu wypadku,
- zasad i sposobów prowadzenia akcji ratunkowej i udzielania pierwszej pomocy w przypadku zagrożenia życia lub zdrowia poszkodowanych,
- zasad zachowania sprzyjających ochronie własnego i społecznego bezpieczeństwa,
- zasad orientowania się w terenie bez mapy i z mapą, wykonywania marszu według azymutu oraz sporządzania szkicu terenu,
- teorii i zasad strzelania z broni sportowej.

### *2. Opanowanie podstawowych umiejętności w zakresie:*

- planowania działań w skali rodziny, szkoły, małego środowiska sąsiedzkiego, chroniących przed skutkami zagrożeń spowodowanych przez siły przyrody, działalność człowieka i nagłe zdarzenia (katastrofy, awarie),
- opracowania meldunku sytuacyjnego;
- rozróżniania sygnałów alarmowych, alarmowania o zagrożeniu i wzywania pomocy,
- posługiwania się indywidualnymi środkami ochrony dróg oddechowych i skóry,
- zachowania się w budowlach ochronnych oraz w czasie ewakuacji z terenu zagrożonego,
- posługiwania się przyrządem dozymetrycznym,
- wykonywania zabiegów sanitarnych i specjalnych,
- uszczelnienia mieszkania przed skażeniem pyłem promieniotwórczym i zagrożeniem chemicznym (spowodowanym katastrofą środka transportu przewożącego substancję niebezpieczną) lub innym zdarzeniem,
- sporządzenie perspektywicznego planu ochrony przeciwpożarowej mieszkania (domu, zagrody),
- posługiwania się podręcznymi środkami gaśniczymi,
- osobistego przygotowania się do ewakuacji,
- zabezpieczenia miejsca wypadku samochodowego,
- rozpoznawania stanów zagrożenia życia i postępowania zgodnie z obowiązującym schematem,
- udzielania pierwszej pomocy w przypadku zagrożenia życia lub zdrowia poszkodowanego,
- orientowania się w terenie bez mapy i według mapy oraz wykonywania pomiarów w terenie,
- posługiwania się bronią sportową i celnego oddawania strzałów (tylko dla zainteresowanych tą dyscypliną).

### *3. Wychowanie i kształtowanie postaw w zakresie:*

- wspierania programów i działań zmierzających do zapewnienia bezpieczeństwa osobom i grupom społeczeństwa, narażonym na zagrożenia życia i zdrowia, oraz gotowości do uczestnictwa w przedsięwzięciach ratowniczych,

- poparcia dla idei ruchu czerwonokrzyskiego i karania osób winnych łamania międzynarodowego prawa humanitarnego,
- poszanowania życia, solidaryzowania się z ludźmi w obliczu zagrożenia i moralnego zobowiązania niesienia pomocy potrzebującym,
- uznania zasady prowadzenia zdrowego stylu życia, troski o nie poprzez wyrabianie nawyku stosowania profilaktyki zdrowotnej,
- poszanowania środowiska przyrodniczego, propagowania jego ochrony i poprawy obecnego stanu,
- podporządkowywania się zasadom zespołowego działania i zarządzeniom kierowników akcji ratowniczych,
- poszanowania prawa i przepisów porządkowych.

# Materiał nauczania

---

## Moduł obligatoryjny

### DZIAŁ I. ZAGROŻENIA CZASU POKOJU, ICH ŹRÓDŁA I FORMY WYSTĘPOWANIA

#### 1. Rodzaje współczesnych zagrożeń

Opis i klasyfikacja zagrożeń czasu pokoju. Zagrożenia naturalne. Zagrożenia związane z działalnością człowieka. Zagrożenia nadzwyczajne.

#### 2. Regionalne zagrożenia ekologiczne

Wpływ infrastruktury na stan środowiska lokalnego. Przedsięwzięcia władz lokalnych na rzecz poprawy stanu środowiska w regionie. Indywidualne działania ekologiczne na terenie szkoły, domu, osiedla, miasta.

### DZIAŁ II. ZAGROŻENIA CZASU KRYZYSU MILITARNEGO I WOJNY

#### 1. Formy i rodzaje walki zbrojnej

Definicja walki zbrojnej. Przesłanki i symptomy zagrożeń militarnych. Podstawowe czynniki walki decydujące o jej powodzeniu. Wpływ zachodzących zmian w uzbrojeniu i technice bojowej na formy, sposoby i zasady walki. Wymiar i charakter współczesnych działań wojennych.

#### 2. Podstawowe środki rażenia współczesnych sił zbrojnych

Uzbrojenie współczesnych sił zbrojnych. Klasyfikacja środków rażenia. Właściwości konwencjonalnych środków bojowych. Zagrożenia bronią masowego rażenia.

#### 3. Sposoby ochrony przed środkami walki

Cechy współczesnych zagrożeń ludności. Rola ostrzegania i alarmowania ludności o zagrożeniach. Ewakuacja ludności z rejonów uznanych za szczególnie zagrożone. Organizacja akcji ratunkowych w rejonach porażenia i nagłych zdarzeń. Likwidacja skażeń i zakażeń. Organizacja zaopatrzenia ludności w żywność i wodę. Przygotowanie ludności do uczestnictwa w powszechnej samoobronie.

### DZIAŁ III. PSYCHOLOGICZNE SKUTKI SYTUACJI KRYZYSOWYCH I SPOSOBY ICH ŁAGODZENIA

#### 1. Stres i jego wpływ na zachowanie ludzi

Sytuacje i czynniki stresowe. Reakcje człowieka na stres. Umiejętność radzenia sobie ze stresami.

## **2. Zjawisko paniki**

Przyczyny paniki. Zapobieganie i przeciwdziałanie panice w sytuacjach kryzysowych.

## **DZIAŁ IV. SYSTEM OBRONNOŚCI RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ**

### **1. Cel i podstawowe zadania systemu obronności**

Podstawowe dokumenty dotyczące obronności państwa. Funkcje ochronne państwa. Cel systemu obronności. Zadania systemu obronności w czasie pokoju i wojny. Struktury systemu obronności. Definicja systemu obronności.

### **2. Podsystemy obronności państwa**

Klasyfikacja podsystemów w systemie obronności państwa. Cel, zadania i wewnętrzna struktura podsystemów obronności państwa. Właściwości działania podsystemów w czasie pokoju, kryzysu militarnego i wojny.

### **3. Powinności obronne lokalnych władz i instytucji**

Podstawy prawne obowiązków i zadań obronnych. Zadania organów władzy państwowej i samorządu terytorialnego w dziedzinie obronności kraju. Planowanie świadczeń obronnych. Współpraca terenowych organów administracji wojskowej z organami rządowej administracji ogólnej i samorządu terytorialnego w zakresie przygotowania obronnego kraju.

### **4. Świadczenia osobiste i rzeczowe obywateli w czasie pokoju, mobilizacji i wojny**

Podstawy prawne świadczeń obywateli na rzecz obrony kraju. Świadczenia jako integralna część systemowych rozwiązań obronnych. Klasyfikacja i zakres świadczeń osobistych i rzeczowych.

## **DZIAŁ V. ROLA I ZADANIA SIŁ ZBROJNYCH RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ W SYSTEMIE OBRONNOŚCI PAŃSTWA**

### **1. Siły Zbrojne Rzeczypospolitej Polskiej**

Miejsce i rola Sił Zbrojnych RP w systemie obronności państwa. Organizacja strukturalno-funkcjonalna. Zadania, organizacja i podstawowe uzbrojenie poszczególnych rodzajów sił zbrojnych. Ograniczenia traktatowe Sił Zbrojnych RP (CFE – 1990). Terenowa administracja wojskowa.

### **2. Służba wojskowa**

Podstawy prawne obowiązku służby wojskowej. Zasadnicza służba wojskowa. Inne formy spełniania obowiązku służby wojskowej. Podstawowe uzbrojenie i wyposażenie żołnierza. Podstawy żołnierskiego zachowania. Zawodowa służba wojskowa.

## **DZIAŁ VI. ORGANIZACJA OBRONY CYWILNEJ I ZASADY POWSZECHNEJ SAMOOBRONY W PRZYPADKU ZAGROŻEŃ**

### **1. Rola, zadania i organizacja obrony cywilnej**

Obrona cywilna w systemie obronności państwa. Przeznaczenie, cel, funkcje i zadania obrony cywilnej. Struktura organizacyjna OC.

### **2. Podstawy planowania i organizowanie działań OC**

Podstawowe wiadomości o zasadach działania zespołowego. Proces przygotowania (planowania i organizowania) i prowadzenia działań. Kompetencje decyzyjne, proces podejmowania decyzji i stawiania zadań. Sposoby opracowania i przedstawiania meldunku sytuacyjnego.

### **3. Sposoby alarmowania ludności o zagrożeniach**

Urządzenia i środki alarmowania. Systemy alarmowe w zakładach pracy, miastach i gminach. Rodzaje alarmów i sygnały alarmowe. Zasady zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu i po jego odwołaniu.

### **4. Indywidualne i zbiorowe środki ochrony przed zagrożeniami**

Środki ochrony dróg oddechowych. Środki ochrony skóry. Budowle ochronne – schrony i ukrycia. Ewakuacja ludności z terenu zagrożonego.

### **5. Postępowanie podczas zagrożenia radiacyjnego**

Zastosowanie substancji promieniotwórczych w gospodarce. Niebezpieczeństwo narażenia ludzi na działanie promieniowania i skażenia promieniotwórczego. Składowanie odpadów promieniotwórczych. Zasady ochrony radiologicznej.

### **6. Zasady zachowania się w przypadku zagrożeń chemicznych**

Prognozowanie, wykrywanie i monitorowanie zagrożeń chemicznych. Zasady zachowania się w sytuacji zagrożenia – na ulicy, w terenie, w domu. Postępowanie w przypadku skażenia chlorem gazowym, gazami nitrozowymi lub cyjanowodorem.

### **7. Ochrona żywności i wody przed skażeniami i zakażeniami**

Wpływ skażeń promieniotwórczych, chemicznych i biologicznych na żywność i wodę. Zasady ochrony środków spożywczych. Zabezpieczenie źródeł poboru wody oraz ujęć wodnych.

### **8. Ochrona płodów rolnych, paszy i zwierząt gospodarskich przed skażeniami i zakażeniami**

Środki i sposoby zabezpieczenia płodów rolnych i paszy. Odkażanie i dezaktywacja. Skutki działania środków promieniotwórczych, trujących i biologicznych na zwierzęta. Sposoby ochrony zwierząt.

### **9. Zabiegi specjalne i sanitarne**

Zabiegi całkowite i częściowe. Sposoby, urządzenia i środki do dezaktywacji, odkażania i dezynfekcji różnych powierzchni. Sposoby, urządzenia i środki do zabiegów sanitarnych. Indywidualny pakiet przeciwichemiczny. Zabiegi weterynaryjne.

#### **10. Zapobieganie powstawaniu i rozprzestrzenianiu się pożarów**

Jak powstaje pożar. Najczęstsze przyczyny powstawania pożarów. Sposoby ochrony przeciwpożarowej. Obowiązki władz administracyjnych i ludności.

#### **11. Walka z pożarami**

Grupy i rodzaje pożarów. Środki i sprzęt gaśniczy. Rozpoznanie rejonu pożaru. Sposoby ratowania ludzi i inwentarza. Zapobieganie panice. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa podczas akcji ratunkowej.

#### **12. Ochrona ludności przed skutkami powodzi i zatopieniami**

Zagrożenia powodziowe w Polsce. Urządzenia wodne przeznaczone do ochrony przed powodzią. Zasady ochrony społeczności lokalnej przed skutkami powodzi i zatopień. Przygotowanie się rodziny do ochrony przed powodzią. Postępowanie ludności w czasie powodzi. Gotowość do ewakuacji.

#### **13. Zagrożenia międzynarodowym terroryzmem**

Istota terroryzmu. Zasady ogólne postępowania. Zalecenia szczegółowe.

### **DZIAŁ VII. WYBRANE PROBLEMY MIĘDZYNARODOWEGO PRAWA HUMANITARNEGO (MPH)**

#### **1. Ochrona ludności cywilnej podczas wojny i okupacji wojennej**

Zasady humanitarne ruchu czerwonokrzyżowego i konwencji genewskich. Obowiązki walczących stron w zakresie ochrony osób cywilnych i ludności cywilnej. Szczególne prawa kobiet i dzieci. Status formacji obrony cywilnej. Znaki i barwy bezpieczeństwa.

#### **2. Obowiązki wobec rannych, chorych i rozbitków**

Ochrona i obowiązujące zasady leczenia. Ochrona cywilnych jednostek medycznych, cywilnego personelu medycznego i duchownych. Rola ludności cywilnej i stowarzyszeń pomocy.

#### **3. Ochrona ofiar konfliktów zbrojnych o charakterze wewnątrzpaństwowym**

Zakres stosowania postanowień konwencji genewskich i protokołu dodatkowego. Gwarancje humanitarnego traktowania. Ściganie i karanie przestępstw. Ochrona dóbr niezbędnych dla przetrwania ludności cywilnej.

#### **4. Ochrona dóbr kulturalnych w razie konfliktu zbrojnego**

Definicja dóbr kulturalnych. Obowiązek opieki i poszanowania dóbr kulturalnych. Ochrona specjalna i jej przyznawanie. Znaki rozpoznawcze.

### **DZIAŁ VIII. RATOWNICTWO I PIERWSZA POMOC**

#### **1. Organizacja pomocy na miejscu wypadku**

Zasady zachowania się na miejscu wypadku – prawny obowiązek i jego konsekwencje. Ocena sytuacji. Bezpieczeństwo własne i poszkodowanego. Zadania i czynności osób udzielających pierwszej pomocy. Łańcuch ratunkowy. Wzywanie pomocy.

## **2. Rozpoznawanie stanów zagrożenia życia i zdrowia**

Schemat postępowania ratunkowego na miejscu wypadku. Sposoby rozpoznawania zaburzeń czynności życiowych organizmu oraz urazów. Sytuacje wymagające natychmiastowego działania.

## **3. Nagłe zaślabnięcia i zachorowania wymagające pierwszej pomocy**

Przyczyny, objawy i zakres pierwszej pomocy w omdleniu. Utrata przytomności – rozpoznanie i postępowanie ratownicze w zależności od wystąpienia dodatkowych urazów (zastosowanie pozycji bocznej ustalonej i zmodyfikowanej). Postępowanie ratownicze w przypadku epilepsji.

## **4. Zadania i czynności ratownika w zaburzeniach oddychania i zatrzymaniu krążenia**

Podstawowe zasady wykonywania resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RK-O). Metody sztucznego oddychania. Specyfika wykonywania RK-O w zależności od wieku poszkodowanego. RK-O wykonywana przez jedną osobę lub przez dwie osoby. Objawy śmierci klinicznej i biologicznej.

## **5. Skaleczenia i rany**

Postępowanie doraźne w przypadku skaleczeń, zranień i sfluczeń. Czynniki wpływające na gojenie się ran. Zakażenia ran i sposoby zapobiegania zakażeniom. Postępowanie z ranami kłutymi, miażdżonymi, płatowymi, postrzałowymi, z ranami z ciałem obcym, z ranami spowodowanymi wybuchem. Zasady postępowania z ranami kończyn. Pierwsza pomoc przy ranach głowy, twarzy, szyi i tułowia. Zasady postępowania z poszkodowanymi w zależności od umiejscowienia urazu.

## **6. Krwotoki i sposoby ich tamowania**

Przyczyny krwawienia. Krwawienia zewnętrzne. Sposoby tamowania krwotoków na kończynach, szyi i tułowiu. Amputacja urazowa. Krwawienia wewnętrzne, objawy pośrednie i pierwsza pomoc. Zapobieganie rozwojowi wstrząsu. Mierzenie ciśnienia krwi.

## **7. Złamania kości i uszkodzenia stawów**

Rodzaje złamań i ich charakterystyka. Złamania kości kończyn, obojczyka, żeber i miednicy – objawy i zakres pierwszej pomocy. Skręcenia, zwichnięcia i złamania śródstawowe – objawy i pierwsza pomoc. Unieruchomienie ułożeniowe.

## **8. Urazy głowy i kręgosłupa**

Przyczyny, objawy i zakres pierwszej pomocy w przypadku wstrząśnienia mózgu. Wstrząs (szok), objawy, zagrożenia i zakres pierwszej pomocy. Pęknięcie podstawy czaszki. Rozpoznanie, zagrożenia i zasady postępowania. Otwarte zranienia czaszkowo-mózgowe. Objawy i pierwsza pomoc. Uraz kręgosłupa, rozpoznanie i zakres pierwszej pomocy.

## **9. Oparzenia termiczne**

Przyczyny oparzeń. Ocena głębokości oparzeń na podstawie objawów. Ocena rozległości oparzeń. Rodzaje zagrożeń towarzyszących oparzeniom. Sposoby udzielania pierwszej pomocy. Najczęstsze przyczyny, objawy i zakres pierwszej pomocy w przypadku odmrożeń miejscowych.

## **10. Oparzenia chemiczne**

Rodzaje oparzeń chemicznych i ich charakterystyka. Zasady udzielania pierwszej pomocy i zachowania szczególnej ostrożności. Oparzenia wymagające szczególnej troski (oparzenia oczu, przełyku, przewodu pokarmowego).

## **11. Zatrucia środkami chemicznymi, jadami roślinnymi i środkami spożywczymi**

Przyczyny i rodzaje zatruc. Ogólne zasady postępowania w przypadku zatruc. Zatrucia doustne, sposoby udzielania pierwszej pomocy w zależności od rodzaju spożytej substancji. Zatrucia przez drogi oddechowe – rozpoznanie i zakres pierwszej pomocy. Objawy i zakres pierwszej pomocy w przypadku zatruc przez skórę i błony śluzowe.

## **12. Ukąszenia, pogryzienia i użądlenia**

Ugryzienia przez zwierzęta – zasady udzielania pierwszej pomocy. Zabezpieczenie przed wściekłą. Ukąszenia przez węże, objawy i postępowanie ratownicze. Użądlenia przez owady i pierwsza pomoc. Zasady postępowania w przypadku wystąpienia wstrząsu uczuleniowego.

## **13. Ciała obce w organizmie**

Ciała obce tkwiące w skórze (drzazgi, haczyki) – sposoby postępowania. Usuwanie ciał obcych tkwiących w oku, uchu, nosie, drogach pokarmowych i oddechowych. Niebezpieczeństwa wynikające z nieprawidłowego działania ratowniczego.

## **14. Cele i zasady bandażowania**

Środki i materiały niezbędne do bandażowania. Ogólne zasady bandażowania. Rodzaje opatrunków i zasady ich nakładania. Podstawowe zasady opatrywania kończyn, głowy i tułowia z wykorzystaniem bandaża i chusty trójkątnej.

## **15. Sposoby ewakuacji poszkodowanych**

Zasady przemieszczania poszkodowanych. Podstawowe techniki podnoszenia, wynoszenia i odciągania poszkodowanych z miejsca niebezpiecznego (przez jedną osobę lub przez dwie osoby). Zasady przenoszenia poszkodowanego na noszach. Sposoby przygotowania noszy improwizowanych.

## **16. Ratowanie poszkodowanych w różnych sytuacjach zagrożenia życia**

Ratowanie tonącego w wodzie lub pod lodem. Zadziergnięcia (powieszienia). Zawał serca. Napad astmy oskrzelowej. Porażenie prądem elektrycznym i uderzeniem pioruna. Niedocukrzenie krwi.

## **17. Pierwsza pomoc w wypadkach komunikacyjnych**

Kolejność czynności ratunkowych. Sposoby ewakuacji poszkodowanych z pojazdów. Ratowanie osób pozostających w pojazdach.

## **18. System ratownictwa medycznego**

System ratownictwa medycznego. Organizacja zintegrowanego systemu ratowniczego. Współdziałanie podmiotów ratownictwa medycznego.

**19. Pomoc porażonym substancjami promieniotwórczymi i trującymi w wyniku awarii przemysłowych i katastrof komunikacyjnych**

Postępowanie ratownicze w przypadku porażenia substancjami promieniotwórczymi. Objawy zatruc toksycznymi środkami przemysłowymi (TSP) – postępowanie ratownicze. Zasady postępowania w urazach i obrażeniach spowodowanych katastrofami komunikacyjnymi. Uszkodzenia mieszane – miksty.

**20. Rola jednostki w kształtowaniu własnego i społecznego bezpieczeństwa**

Predyspozycje osobowościowe, otoczenie społeczne jako czynnik ryzyka stania się ofiarą przestępstwa. Sytuacje i środowiska rodzące przestępczość. Rodzaje patologii społecznych wśród dzieci i młodzieży. Prospołeczne zachowania sprzyjające bezpieczeństwu własnemu i społecznemu.

**DZIAŁ IX. TERENOZNAWSTWO**

**1. Zasady orientowania się w terenie**

Do czego jest potrzebna umiejętność orientacji w terenie. Orientowanie się za pomocą kompasu i busoli. Orientowanie się według ciał niebieskich i niektórych cech przedmiotów terenowych.

**2. Posługiwanie się mapą**

Ogólna charakterystyka i klasyfikacja map topograficznych. Treść map topograficznych. Przygotowanie mapy do pracy. Orientowanie się w terenie według mapy.

**3. Marsz według azymutu**

Zasady określania kątów poziomych za pomocą busoli. Przygotowanie danych do marszu według azymutu. Sposoby dokonywania pomiaru odległości na mapie i w terenie.

**4. Sporządzanie szkicu**

Istota i przeznaczenie szkicu. Zasady wykonywania szkicu. Wykonanie szkicu terenu.

**Moduł działów fakultatywnych**

(działy do wyboru: A albo B, albo C)

**A. STRZELECTWO SPORTOWE**

**1. Broń sportowa**

Podstawowe typy strzeleckiej broni sportowej. Konstrukcja niektórych modeli strzeleckiej broni sportowej. Przeznaczenie poszczególnych części karabinka sportowego i pistoletu pneumatycznego.

**2. Zjawisko strzału, tor pocisku i jego elementy**

Opis zjawiska strzału. Teoria lotu pocisku. Zależność toru pocisku od warunków meteorologicznych, odległości do celu i innych czynników.

### **3. Składanie się do strzału, celowanie i oddanie strzału**

Pozycje strzeleckie. Układ ciała i broni. Zgranie przyrządów celowniczych i punktu celowania. Zasady poprawnego oddania strzału.

### **4. Zasady zachowania się na strzelnicy**

Warunki bezpieczeństwa. Procedury sprawdzania broni. Zajmowanie stanowiska strzeleckiego. Zachowanie na stanowisku strzeleckim. Załadunek broni. Oddawanie strzału. Kontrola wyników strzelania i analiza błędów popełnionych przez strzelca.

## **B. TERENOZNAWSTWO**

### **1. Bieg na orientację**

Przygotowanie mapy i oznaczenie elementów trasy na mapie. Reguły fair play w biegu na orientację.

# Procedury osiągnięcia celów

---

## I. Proponowane strategie i metody nauczania przysposobienia obronnego

Osiągnięcie celów nauczania przysposobienia obronnego wymaga właściwej dla tego przedmiotu organizacji procesu nauczania. Powinna ona nie tylko umożliwić opanowanie przez uczniów wiadomości, ale także nabycie w możliwie szerokim zakresie umiejętności, mających zastosowanie zarówno w sytuacjach typowych, na ogół znanych uczniowi, jak również problemowych, nowych dla ucznia. Zamierzone wyniki można osiągnąć, stosując właściwe strategie, metody nauczania i formy organizacyjne zajęć.

Przez strategię nauczania rozumie się zazwyczaj celowe zastosowanie w nauczaniu określonej metody lub kombinacji metod. Jedną z powszechnie stosowanych jest *strategia asocjacyjna*, polegająca na przekazywaniu uczniowi wiedzy, którą ma przyswoić, słownymi metodami nauczania, zwłaszcza za pomocą wykładu lub pogadanki. Powinna więc być stosowana w nauczaniu treści i realizacji celów przysposobienia obronnego, które mają charakter pamięciowy, wymagają definiowania, wyjaśniania, uzasadniania, opisanie. Mimo że strategia ta ma wiele słabości, nie da się jej wyeliminować w realizacji tematów z zakresu niektórych zagrożeń, psychologicznych skutków sytuacji kryzysowych, systemu obronności, prawa humanitarne. Można jednak, i trzeba, zadbać o to, aby wykład czy pogadanka były wspomagane pogładowymi środkami dydaktycznymi, np. ilustracjami, foliogramami, tablicami, grafami, programami komputerowymi.

W dydaktyce przysposobienia obronnego powinny dominować *strategie operacyjna i problemowa*. Pierwsza z nich polega na takim ukierunkowaniu działań ucznia, aby najpierw zapoznał się z celem działania, następnie mógł zobaczyć wzorcowe wykonanie zadania przez nauczyciela lub wytypowanego ucznia, a dopiero potem podjął próbę wykonania tego (lub podobnego) zadania pod kontrolą nauczyciela. Natomiast strategia problemowa polega na takim przebiegu procesu dydaktycznego, by uczniowie samodzielnie zdobywali wiedzę (lub pewien jej zakres) przez rozwiązywanie problemów teoretycznych lub praktycznych.

Materiał nauczania przysposobienia obronnego zawiera wiele treści o charakterze emocjonalnym, ponieważ dotyczy sytuacji ekstremalnych, w których

ludzkie życie jest poważnie zagrożone i nie zawsze możliwe do uratowania, a psychika narażona na ciężkie stresy.

Stosując *strategię emocjonalną* w procesie dydaktycznym – szczególnie na zajęciach poświęconych współczesnym środkom rażenia, katastrofalnym skutkom działania sił przyrody, postępowaniu z osobami ciężko poszkodowanymi w różnorodnych wypadkach – należy przeżycia wewnętrzne uczniów ukierunkować na pogłębianie wiedzy i doskonalenie umiejętności w niesieniu ludziom szybkiej i skutecznej pierwszej pomocy, udzielaniu wsparcia psychicznego i okazywaniu współczucia i życzliwości.

Spośród różnorodnych metod nauczania, szczególnie skutecznych w nauczaniu przysposobienia obronnego, należy wymienić klasyczną *metodę problemową*, polegającą na identyfikacji problemu, określeniu jego genezy i specyfiki, a także – w przypadku określonego zjawiska – ocenie jego znaczenia i dynamiki, opracowaniu prognozy oraz propozycji rozwiązań i przewidywaniu efektów. Metoda ta powinna mieć zastosowanie w realizacji tematów związanych z wieloma rodzajami zagrożeń, z przeciwdziałaniem ich skutkom, ze sposobami postępowania w sytuacjach kryzysowych.

Takie metody, jak *metoda przypadków*, *metoda sytuacyjna*, *gry dydaktyczne*, *mapy myślowe*, *metoda projektów i ćwiczeń praktycznych wzbogaconych symulacją*, *odgrywanie ról*, *rejestrwanie i odtwarzanie zajęć* powinny być również szeroko stosowane, ponieważ nie tylko ożywią zajęcia, ale również zaktywizują uczniów do samokształcenia w procesie dydaktycznym.

## II. Proponowane formy organizacyjne procesu dydaktycznego

W nauczaniu przysposobienia obronnego stosowane są zazwyczaj trzy główne formy organizacyjne zajęć: lekcja, zajęcia terenowe, zajęcia pozalekcyjne.

Podstawową formą organizacyjną jest *lekcja* odbywająca się w klasie, klaso-pracowni lub gabinecie przysposobienia obronnego. Ze względu na cel wyróżnia się trzy typy lekcji: lekcje poświęcone nowym treściom nauczania, podsumowaniu (utrwaleniu) dotychczas poznanych treści nauczania, sprawdzaniu i ocenianiu osiągnięć uczniów. Od typu lekcji zależy jej struktura i organizacja.

W strukturze lekcji poświęconej wprowadzaniu nowych treści programowych należy uwzględnić trzy etapy – przygotowawczy, wykonawczy i podsumowujący. Na etapie przygotowawczym nauczyciel dyscyplinuje uczniów, mobilizuje do zajęć, wprowadza w tematykę lekcji. Głównym zadaniem etapu wykonawczego jest realizacja celów nauczania dotyczących danego tematu. Do tych celów dostosowuje się bowiem strategie i metody. Doświadczony nauczyciel wie, że na jednej lekcji należy stosować różne metody nauczania. Efekt etapu wykonawczego jest tym większy, im stosowane przez nauczyciela

metody bardziej aktywizują uczniów. Głównym celem etapu podsumowującego jest ocena efektów etapu wykonawczego lub integracja realizowanej treści nauczania. Integracja treści nauczania polega na scalaniu, syntezie, podkreśleniu najważniejszych elementów treści. Pożądane jest stosowanie w tym celu wykresów, schematów, algorytmów, rysunków, tabel lub podsumowania wypowiedzi przez ucznia albo nauczyciela.

Skuteczność nauczania na lekcji można ocenić w różny sposób, np. przez krótkie pytania lub w formie krzyżówki.

Ocena efektywności lekcji jest niezbędna dla nauczyciela, ponieważ umożliwia mu samoocenę przeprowadzonego procesu dydaktycznego i sprawdzenie słuszności doboru strategii.

W nauczaniu przysposobienia obronnego istotną rolę odgrywają również *zajęcia terenowe*. Ta forma organizacji procesu dydaktycznego, poza aspektem poznawczym, ma ogromne walory wychowawcze. Wskazane jest organizowanie zajęć w terenie zwłaszcza z zagadnień działu (bloku) terenoznawstwa (niemal wszystkie treści można zrealizować w terenie: w parku, na boisku szkolnym itp.), regionalnych zagrożeń ekologicznych oraz niektórych zagadnień działu (bloku) dotyczącego organizacji obrony cywilnej w czasie pokoju, a także zasad powszechnej samoobrony w przypadku zagrożeń. Wskazane jest zorganizowanie wycieczki do miejscowej jednostki straży pożarnej (temat: Walka z pożarami), do schronu (temat: Indywidualne i zbiorowe środki ochrony), na wysypisko śmieci, do oczyszczalni ścieków, ujęcia wodnego (temat: Regionalne zagrożenia ekologiczne) itp.

Oddzielną formą organizacji procesu dydaktycznego są *zajęcia pozalekcyjne* – najczęściej prowadzone w ramach szkolnego koła PCK lub szkolnej grupy społecznych instruktorów PCK. Głównym celem tych zajęć jest pogłębianie zainteresowań problematyką przedmiotu, a zwłaszcza doskonalenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy, organizacja imprez szkolnych (konkursów, pokazów, zawodów) z zakresu udzielania pierwszej pomocy, wiedzy o HIV/AIDS, honorowego krwiodawstwa, o tematyce czerwonokrzyskiej i o międzynarodowym prawie humanitarnym, a także dotyczących zagrożeń regionalnych. Ciekawy projekt zajęć pozalekcyjnych spotka się z uznaniem i akceptacją uczniów i rodziców.

# Standardy kształcenia

---

Sposoby przygotowania i przeprowadzenia lekcji oraz oceny osiągnięć uczniów powinny być zbieżne z celami nauczania, określonymi dla każdej jednostki lekcyjnej. Pomocne w tym są opisy zamierzonych osiągnięć ucznia. Osiągnięcia te można obiektywnie wyrazić poprzez zróżnicowanie kategorii celów oraz określenie poziomu wymagań.

## I. Kategorie celów

**Kategorie celów – KC** (przyjęto taksację według teorii Bolesława Niemierki)

*1. W zakresie poznawczym (intelektualnym) przyjęto dwa poziomy:*

- 1) Kategoria A – zapamiętanie wiadomości,  
Kategoria B – zrozumienie wiadomości (wyjaśnianie),
- 2) Kategoria C – zastosowanie wiadomości w sytuacjach typowych,  
Kategoria D – zastosowanie wiadomości w sytuacjach problemowych.

**Kategoria A – zapamiętanie wiadomości** – oznacza gotowość ucznia do przypomnienia pewnych terminów, faktów, terminologii, praw i teorii naukowych, zasad działania, procedur i algorytmów. Wiadomości są zapamiętane, jeżeli uczeń jest w stanie odszukać je w pamięci i przedstawić w formie ustnej lub pisemnej albo wykorzystać w działaniu praktycznym. Uczeń powinien powiedzieć lub pokazać, jak to zrobić, ale niekoniecznie musi umieć wykonać tę czynność. Cele nauczania wyrażone są przy użyciu czasowników operacyjnych: nazwać, wymienić, wyliczyć, zidentyfikować.

**Kategoria B – zrozumienie wiadomości** – obejmuje elementarny poziom zrozumienia wiadomości w zakresie uznanym za niezbędny na danym szczeblu nauczania przedmiotu. Oznacza to, że uczeń potrafi wytłumaczyć (przedstawić swoimi słowami lub w innej formie, np. symbolicznej, graficznej, ruchowej) wiedzę zdobytą na lekcji, potrafi zinterpretować, streścić, porównać z innymi wiadomościami itp. Cele nauczania wyrażone są za pomocą czasowników operacyjnych: streścić, wyjaśnić, zilustrować, omówić, rozróżnić.

**Kategoria C – zastosowanie wiadomości w sytuacjach typowych** – jest to osiągnięcie wyniku o bezpośrednim lub potencjalnym znaczeniu praktycznym, oparte na prawidłowym zrozumieniu sytuacji, dostępnych danych, zasad i pro-

cedur działania oraz rodzaju oczekiwanego rozwiązania. Skuteczność czynności wyraża się tu trafnością i dokładnością wyniku. Sytuacja, w której czynność jest wykonywana, nie powinna odbiegać od sytuacji, w jakiej czynność była ćwiczona. Także wzór czynności opanowany w toku ćwiczeń nie powinien ulegać daleko idącym modyfikacjom. Cele nauczania wyrażone są przy użyciu czasowników operacyjnych: rozwiązać, skonstruować, zastosować, porównać, sklasyfikować, narysować, scharakteryzować, zmierzyć, wybrać sposób, określić, zaprojektować, wykreślić.

**Kategoria D – zastosowanie wiadomości w sytuacjach problemowych.** Jest to najwyższa kategoria celów nauczania. Obejmuje złożone procesy myślowe służące znalezieniu potrzebnego rozwiązania. Tu są wykorzystane wiadomości z różnych dziedzin, a rozwiązanie jest efektem twórczego myślenia. Na zastosowanie wiadomości w sytuacjach problemowych składają się:

- **analiza**, polegająca na wyróżnieniu elementów i związków między elementami jakiegoś stanu rzeczy lub jakiejś wypowiedzi oraz na odtworzeniu struktury tej całości,
- **synteza**, polegająca na zbudowaniu modelu przeanalizowanej całości, w ujęciu jej właściwości w oryginalnie ustrukturyzowanej wypowiedzi lub zaprojektowaniu systemu szczegółowych działań,
- **ocena**, polegająca na wartościowaniu stanu rzeczy i wyniku działań przez porównanie ich z odpowiednimi modelami oraz przez odwołanie się do właściwych kryteriów teoretycznych. Cele nauczania wyrażone są przy użyciu czasowników operacyjnych: dowieść, przewidzieć, zanalizować, wykryć, ocenić, zaproponować, zaplanować.

2. *W zakresie psychomotorycznym (praktycznym) przyjęto dwa poziomy:*

- 1) Kategoria A – naśladowanie działania,  
Kategoria B – odtwarzanie działania,
- 2) Kategoria C – sprawność działania w stałych warunkach (typowych),  
Kategoria D – sprawność działania w zmiennych warunkach.

**Kategoria A – naśladowanie działania** – polega na spostrzeganiu przedmiotów i działań wzorowych oraz etapowym wykonywaniu własnych działań z systematyczną kontrolą każdego elementu przez porównanie z wzorem, pod kierunkiem nauczyciela.

**Kategoria B – odtwarzanie działania** – polega na wykonaniu przez ucznia działania praktycznego w całości, bez konieczności jednoczesnego naśladowania wzoru, ale z niewielką jeszcze płynnością i skutecznością. Uczeń koryguje działania na podstawie własnego doświadczenia i jest w stanie ćwiczyć je samodzielnie.

**Kategoria C – sprawność działania w warunkach stałych (typowych)** – dokładne wykonywanie wyuczonego działania praktycznego i osiąganie zamierzonego wyniku, jeżeli istotne okoliczności tego działania nie ulegną zmianie.

Ewentualna zmiana sytuacji, zwłaszcza potrzeba koordynacji tego działania z innymi złożonymi czynnościami, zakłóca jednak jego płynność, a dostosowanie do zmiany pochłania wiele energii.

**Kategoria D – sprawność działania w zmiennych warunkach** – polega na automatyzacji działania, pozwalającej na uzyskiwanie najwyższej skuteczności przy bardzo niewielkim nakładzie energii i czasu, a jego powiązanie z innymi działaniami jest harmonijne.

**3. W zakresie wychowawczym (motywacyjnym, emocjonalnym) przyjęto dwa poziomy:**

- 1) Kategoria A - uczestnictwo w działaniu,  
Kategoria B – podejmowanie działań,
- 2) Kategoria C – nastawienie na działania,  
Kategoria D – system działań.

**Kategoria A – uczestnictwo w działaniu** – polega na świadomym i uważnym odbieraniu określonego rodzaju bodźców oraz wykonywaniu czynności odpowiadających przyjętej roli, jednak bez wykazywania inicjatywy. Uczeń ani nie unika danego rodzaju działania, ani go nie podejmuje z własnej woli, chętnie natomiast dostosowuje się do sytuacji.

**Kategoria B – podejmowanie działania** – polega na samoradnym rozpoczynaniu przez ucznia danego rodzaju działania oraz wewnętrznym zaangażowaniu się w wykonanie danego rodzaju czynności. Uczeń nie tylko dostosowuje się do sytuacji, w jakiej się znalazł, ale i organizuje ją w pewien sposób. Jest to jednak postępowanie mało jeszcze utrwalone.

**Kategoria C – naśladowanie działania** – polega na konsekwentnym wykonywaniu danego rodzaju działania na skutek trwałej potrzeby wewnętrznej i pozytywnego wartościowania jego wyników. Uczeń jest zwolennikiem tego działania i zachęca do niego innych, poglądom jego brak jednak szerszego uogólnienia i pewnej spistości.

**Kategoria D – system działań** – polega na regulowaniu określonego typu aktywności za pomocą harmonijnie uporządkowanego zbioru zasad postępowania, z którymi uczeń identyfikuje się do tego stopnia, że można je uważać za cechy jego osobowości. Uczeń nie zawodzi nawet w bardzo trudnych sytuacjach, a jego działania odznaczają się poprawnością postępowania i jego skutecznością.

## II. Podział wymagań na stopnie szkolne

### Podział wymagań na stopnie szkolne – PW

(przyjęto według teorii Juliana Ochenduszki)

**P** – *wymagania podstawowe* – obejmują wiadomości i umiejętności potrzebne i użyteczne w życiu codziennym, stosunkowo łatwe i niezbędne do kontynuowania nauki na wyższym poziomie kształcenia. Są to wymagania na stopień dopuszczający, jeżeli zostały spełnione w co najmniej 50%, lub dostateczny, jeżeli zostały spełnione w 75%.

**PP** – *wymagania ponadpodstawowe* – obejmują wiadomości i umiejętności złożone, mające zastosowanie w sytuacjach typowych lub problemowych, przydatne, ale nie niezbędne na wyższych poziomach kształcenia. Są to wymagania na stopień dobry i bardzo dobry. Stopień dobry powinien otrzymać uczeń, który opanował 75% P (wymagań podstawowych) + 50% PP (wymagań ponadpodstawowych), a stopień bardzo dobry uczeń, który opanował 75% P + 75% PP.

**Wymagania wykraczające – na ocenę celującą** – powinien określić nauczyciel wspólnie z uczniami (na zasadzie kontraktu). Sugeruje się również, aby w praktyce obniżyć wymagania podstawowe, a podwyższyć wymagania ponadpodstawowe tam, gdzie wymagają tego realia środowiskowe.

Przedstawione standardy kształcenia są propozycją. Kategorie celów (KC) i poziom wymagań (PW) ustalone na proponowanych zasadach mogą stanowić podstawę do obiektywnych i porównywalnych ocen i mobilizować uczniów do rzetelnej nauki, jeśli będą z nimi zapoznani i je zaakceptują.

## III. Szczegółowy opis oczekiwanych osiągnięć ucznia, według tematycznego układu materiału nauczania

Osiągnięcia ucznia są zintegrowane z przyjętymi w programie wartościami w układzie hierarchicznym. Są to zoperacjonalizowane elementy celów edukacyjnych (wiedzy i umiejętności) podlegających ocenie szkolnej.

## Moduł obligatoryjny

### DZIAŁ I. Zagrożenia czasu pokoju, ich źródła i formy występowania

#### Temat 1: Rodzaje współczesnych zagrożeń

Cel ogólny: zapoznać z rodzajami współczesnych zagrożeń i przyczynami ich powstawania

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wymienić rodzaje zagrożeń	A	P
2.	Omówić zagrożenia związane z działalnością człowieka	B	P
3.	Wyjaśnić zasady zachowania się w sytuacji zagrożeń	B	P
4.	Wyjaśnić przyczyny powstawania zagrożeń	B	P
5.	Wyjaśnić zasady zachowania się w przypadku klęsk żywiołowych	B	PP
6.	Udowodnić, że przyczyną zagrożeń nadzwyczajnych może być lekkomyślność i niefrasobliwość człowieka	C	PP
7.	Zaplanować ewakuację rodziny na wypadek klęski żywiołowej	D	P
8.	Zaplanować akcję ratunkową na wypadek klęski żywiołowej	D	PP

#### Temat 2: Regionalne zagrożenia ekologiczne

Cel ogólny: zapoznać z regionalnymi zagrożeniami ekologicznymi

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Omówić przyczyny powstawania zagrożeń środowiska miejskiego	B	P
2.	Omówić działania ekologiczne w różnych sytuacjach życiowych (w domu, szkole, na wycieczce itp.)	B	P
3.	Omówić zagrożenia środowiska wiejskiego	B	P
4.	Wymienić nadzwyczajne lokalne zagrożenia środowiska	A	P
5.	Omówić działania ekologiczne na terenie wsi, osiedla, miasta	B	P
6.	Udowodnić, że technizacja życia może stanowić zagrożenie dla środowiska	C	PP
7.	Udowodnić, że znajomość zasad zachowania się w przypadku katastrof zmniejsza straty wśród ludności	C	PP
8.	Wskazać te przedsięwzięcia władz lokalnych, które mają na celu poprawę stanu środowiska naturalnego	D	PP

## **DZIAŁ II. Zagrożenia czasu kryzysu militarnego i wojny**

### **Temat 1: Formy i rodzaje walki zbrojnej**

Cel ogólny: zapoznać z rodzajami walki zbrojnej oraz charakterem współczesnych działań wojennych

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wymienić przyczyny konfliktów zbrojnych	<b>A</b>	<b>P</b>
2.	Scharakteryzować formy zagrożeń militarnych	<b>B</b>	<b>P</b>
3.	Wyjaśnić zależności między niestabilnością polityczną i gospodarczą krajów sąsiednich a bezpieczeństwem Polski	<b>C</b>	<b>PP</b>
4.	Udowodnić, że kryzysy i konflikty lokalne mogą stanowić zagrożenie dla bezpieczeństwa naszego kraju	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **Temat 2: Podstawowe środki rażenia współczesnych sił zbrojnych**

Cel ogólny: zapoznać z rodzajami współczesnych środków rażenia

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Dokonać podziału współczesnych środków rażenia	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Wymienić zagrożenia wynikające ze współczesnych działań wojennych	<b>A</b>	<b>P</b>
3.	Scharakteryzować uzbrojenie współczesnych sił zbrojnych	<b>B</b>	<b>PP</b>
4.	Omówić zasady zachowania się w terenie skażonym	<b>B</b>	<b>P</b>
5.	Wyjaśnić sposoby zapobiegania rozprzestrzeniania się chorób zakaźnych	<b>B</b>	<b>P</b>
6.	Określić, w jakim stopniu warunki atmosferyczne wpływają na zachowanie się ludności w terenie skażonym	<b>C</b>	<b>PP</b>
7.	Udowodnić, że znajomość działania czynników rażenia może przyczynić się do zmniejszenia strat	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **Temat 3: Sposoby ochrony przed środkami walki**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami ochrony przed środkami walki

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wymienić cechy współczesnych zagrożeń ludności	<b>A</b>	<b>P</b>
2.	Wyjaśnić różnice między ostrzeganiem a alarmowaniem	<b>B</b>	<b>PP</b>
3.	Wyjaśnić, w jakim celu prowadzi się likwidację skażeń i zakażeń	<b>B</b>	<b>P</b>
4.	Omówić cel i zakres przygotowania społeczeństwa do uczestnictwa w powszechnej samoobronie	<b>B</b>	<b>PP</b>

### **DZIAŁ III. Psychologiczne skutki sytuacji kryzysowych i sposoby ich łagodzenia**

#### **Temat 1: Stres i jego wpływ na zachowanie ludzi**

Cel ogólny: zapoznać z podstawowymi wiadomościami na temat stresu i sposobów radzenia sobie ze stresem

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wyjaśnić pojęcie stresu	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Wymienić sytuacje i czynniki stresujące	<b>A</b>	<b>P</b>
3.	Wyjaśnić mechanizm powstawania stresu i jego skutki	<b>B</b>	<b>PP</b>
4.	Opisać najczęstsze (najbardziej typowe) reakcje człowieka na stres	<b>B</b>	<b>P</b>
5.	Opisać najbardziej typowe sposoby radzenia sobie ze stresem (zarówno u poszkodowanego jak i u ratującego)	<b>B</b>	<b>PP</b>
6.	Zaplanować ćwiczenia relaksacyjne dla siebie	<b>C</b>	<b>PP</b>

#### **Temat 2: Zjawisko paniki**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami zapobiegania i przeciwdziałania panice

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wyjaśnić znaczenie słowa „panika”	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Wymienić podstawowe sytuacje sprzyjające rozwojowi paniki	<b>A</b>	<b>P</b>
3.	Wyjaśnić mechanizm powstawania paniki	<b>B</b>	<b>PP</b>
4.	Opisać najczęstsze zachowania osób, które uległy panice	<b>B</b>	<b>P</b>
5.	Zaplanować sposoby zapobiegania i przeciwdziałania panice w określonej sytuacji kryzysowej	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **DZIAŁ IV. System obronności Rzeczypospolitej Polskiej**

#### **Temat 1: Cel i podstawowe zadania systemu obronności**

Cel ogólny: zapoznać z zadaniami systemu obronności RP

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć uczniów – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wymienić funkcje obronne państwa	<b>A</b>	<b>P</b>
2.	Omówić zadania systemu obronności państwa	<b>B</b>	<b>P</b>
3.	Omówić podstawowe zasady obronności państwa	<b>B</b>	<b>PP</b>
4.	Wyjaśnić rolę pozabrojnych działań wojennych	<b>B</b>	<b>PP</b>
5.	Wykazać znaczenie położenia geograficznego Polski dla bezpieczeństwa europejskiego	<b>C</b>	<b>PP</b>

## Temat 2: Podsystemy obronności państwa

Cel ogólny: zapoznać z zadaniami podsystemów obronności państwa

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Scharakteryzować siły zbrojne RP	B	P
2.	Wymienić naczelne organa kierowania obroną kraju	A	P
3.	Omówić cel i zadania poszczególnych ogniw wchodzących w skład układu pozamilitarnego	B	PP
4.	Określić zadania podsystemów kierowania w czasie wojny	C	PP

## Temat 3: Powinności obronne lokalnych władz i instytucji

Cel ogólny: zapoznać z zadaniami władzy państwowej i samorządu terytorialnego w dziedzinie obronności kraju

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Omówić zadania organu administracji wojskowej	B	PP
2.	Wymienić podstawowe obowiązki Wojskowej Komendy Uzuppełnień	A	P
3.	Wyjaśnić, kto i w jakim zakresie planuje świadczenia obronne	B	P
4.	Określić zadania samorządu terytorialnego w dziedzinie obronności kraju	C	P
5.	Omówić zadania organów władzy i administracji publicznej w planowaniu obronnym państwa	B	PP
6.	Określić, na czym polega współpraca terenowych organów administracji wojskowej z organami administracji rządowej i samorządowej w zakresie planowania obronnego	C	PP

## Temat 4: Świadczenia osobiste i rzeczowe obywateli w czasie pokoju, mobilizacji i wojny

Cel ogólny: zapoznać z rodzajami świadczeń na rzecz obrony

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wymienić rodzaje świadczeń na rzecz obrony	A	P
2.	Wyjaśnić, na czym polega obowiązek świadczeń osobistych w czasie pokoju	B	P
3.	Wyjaśnić, na czym polegają świadczenia rzeczowe	B	P
4.	Wyjaśnić różnicę między obowiązkiem świadczeń rzeczowych a osobistych	B	PP
5.	Wyjaśnić istotę świadczeń szczególnych	B	PP
6.	Określić, kto nie podlega obowiązkowi świadczeń osobistych i uzasadnić dlaczego	C	PP

## **DZIAŁ V. Rola i zadania Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej w systemie obronności państwa**

### **Temat 1: Siły Zbrojne RP**

Cel ogólny: zapoznać z rodzajami sił zbrojnych

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Omówić znaczenie Wojsk Lądowych w systemie obronności	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Wymienić rodzaje wojsk wchodzących w skład Wojsk Lądowych	<b>A</b>	<b>P</b>
3.	Scharakteryzować Wojska Lotnicze i Obrony Powietrznej	<b>B</b>	<b>PP</b>
4.	Omówić zadania operacyjne Marynarki Wojennej	<b>B</b>	<b>PP</b>
5.	Określić rolę i zadania sił zbrojnych w systemie obronności państwa	<b>C</b>	<b>PP</b>

### **Temat 2: Służba wojskowa**

Cel ogólny: zapoznać z formami spełniania obowiązku służby wojskowej

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wymienić podstawy prawne służby wojskowej	<b>A</b>	<b>P</b>
2.	Omówić zasady powoływania, odraczania i odbywania zasadniczej służby wojskowej	<b>B</b>	<b>P</b>
3.	Omówić formy odbywania przeszkolenia wojskowego przez studentów i absolwentów szkół wyższych	<b>B</b>	<b>PP</b>
4.	Wyjaśnić, na czym polega służba zastępcza	<b>B</b>	<b>P</b>
5.	Określić znaczenie przysposobienia obronnego w przygotowaniu obronnym społeczeństwa	<b>C</b>	<b>PP</b>
6.	Wyjaśnić, kto podlega obowiązkowi odbywania ćwiczeń wojskowych i na czym one polegają	<b>B</b>	<b>PP</b>

## **DZIAŁ VI. Organizacja obrony cywilnej i zasady powszechnej samoobrony w przypadku zagrożeń**

### **Temat 1: Rola, zadania i organizacja obrony cywilnej**

Cel ogólny: zapoznać z zadaniami i organizacją obrony cywilnej (OC)

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Opisać (lub narysować) międzynarodowy znak obrony cywilnej	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Wymienić podstawowe dokumenty prawne regulujące sprawy OC	<b>A</b>	<b>P</b>
3.	Omówić zadania OC w czasie pokoju	<b>B</b>	<b>P</b>
4.	Omówić zasady organizacji OC w Polsce	<b>B</b>	<b>PP</b>
5.	Określić zadania samorządów w zakresie OC	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Omówić sposób zarządzania w sytuacjach kryzysowych	<b>C</b>	<b>PP</b>
7.	Udowodnić, że obrona cywilna ma charakter humanitarny	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **Temat 2: Podstawy planowania i organizowania działań**

Cel ogólny: zapoznać z podstawami planowania i organizowania działań

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć uczniów – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Omówić podstawowe etapy planowania o organizowania działań OC	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Wyjaśnić, na czym polega ciągłość procesu kontrolowania	<b>B</b>	<b>PP</b>
3.	Zaplanować ewakuację z budynku szkolnego (mieszkalnego)	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **Temat 3: Sposoby alarmowania ludności o zagrożeniach**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami alarmowania ludności i zasadami zachowania się po usłyszeniu sygnału alarmowego

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wymienić urządzenia i środki alarmowania	<b>A</b>	<b>P</b>
2.	Omówić systemy alarmowe instalowane w dużych zakładach pracy, miastach i gminach	<b>B</b>	<b>PP</b>
3.	Omówić rodzaje alarmów	<b>B</b>	<b>P</b>
4.	Wyjaśnić zasady zachowania się ludności po usłyszeniu sygnału alarmowego	<b>B</b>	<b>PP</b>
5.	Wskazać drogi ewakuacji na wypadek alarmu w szkole	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Omówić sposób zachowania się uczniów po usłyszeniu sygnału alarmu (np. o podłożeniu ładunku wybuchowego, pożaru itp.) w szkole	<b>B</b>	<b>P</b>
7.	Udowodnić, że znajomość sygnałów alarmowych i zasad zachowania się po ich ogłoszeniu skutecznie ratuje życie	<b>D</b>	<b>PP</b>

**Temat 4: Indywidualne i zbiorowe środki ochrony przed zagrożeniami**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami ochrony przed zagrożeniami

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wyjaśnić przeznaczenie środków ochrony dróg oddechowych	B	P
2.	Omówić części składowe masek różnych typów ze względu na ich przeznaczenie	B	P
3.	Dobrać odpowiedni do wielkości głowy rozmiar maski	C	P
4.	Posługiwać się maską kompletną i niekompletną	C	PP
5.	Wymienić typowe i zastępcze środki ochrony skóry	A	P
6.	Zaproponować środki ochrony skóry dla członków swojej rodziny	C	P
7.	Wymienić rodzaje budowli ochronnych	A	P
8.	Wyjaśnić zasady organizacji ewakuacji ludności z terenu zagrożonego	B	PP
9.	Zaplanować ewakuację szkoły na wypadek zagrożenia	D	PP

**Temat 5: Postępowanie podczas zagrożenia radiacyjnego**

Cel ogólny: zapoznać z zasadami postępowania podczas zagrożenia radiacyjnego

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wymienić dziedziny gospodarki narodowej, w których znajdują zastosowanie substancje promieniotwórcze	A	P
2.	Wyjaśnić celowość wykorzystania substancji promieniotwórczych w gospodarce	B	P
3.	Wskazać korzyści płynące z zastosowania izotopów w różnych dziedzinach życia	C	PP
4.	Udowodnić, że w kontaktach z substancjami promieniotwórczymi konieczne jest zachowanie daleko idących środków ostrożności	D	PP
5.	Opisać sposoby ochrony przed szkodliwym działaniem substancji promieniotwórczych	B	P
6.	Określić warunki, jakim powinny odpowiadać pomieszczenia (silosy) do składowania odpadów promieniotwórczych	C	PP
7.	Przedstawić zasady zachowania się po awarii radiacyjnej	C	P

**Temat 6: Zasady zachowania się w przypadku zagrożeń chemicznych**

Cel ogólny: zapoznać z zasadami zachowania się ludności w przypadku zagrożeń chemicznych

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wymienić najczęstsze przyczyny występowania zagrożeń chemicznych	<b>A</b>	<b>P</b>
2.	Omówić podstawowe sposoby wykrywania zagrożeń chemicznych	<b>B</b>	<b>P</b>
3.	Wyjaśnić, na czym polega prognozowanie i monitorowanie zagrożeń chemicznych	<b>B</b>	<b>PP</b>
4.	Opisać pożądane zachowania ludności w sytuacji zagrożeń chemicznych	<b>B</b>	<b>PP</b>
5.	Uzasadnić konieczność przestrzegania dyscypliny oraz podporządkowania się poleceniom osób kierujących akcją w rejonie zagrożeń chemicznych	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Określić zasady zachowania się w sytuacji zagrożenia (w domu, na ulicy, w terenie otwartym – poza miastem)	<b>D</b>	<b>P</b>
7.	Zaproponować kolejność działań domowników w sytuacji zagrożenia chlorem gazowym	<b>D</b>	<b>PP</b>

**Temat 7: Ochrona żywności i wody przed skażeniami i zakażeniami**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami ochrony żywności i wody przed skażeniami i zakażeniami

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Określić wpływ środków trujących i promieniotwórczych na żywość i wodę	<b>C</b>	<b>P</b>
2.	Uzasadnić konieczność zabezpieczania produktów spożywczych przed skażeniami i zakażeniami	<b>C</b>	<b>PP</b>
3.	Rozwiązać problem zabezpieczenia żywności i wody dla swojej rodziny przed skażeniami	<b>D</b>	<b>P</b>
4.	Uzasadnić konieczność zabezpieczania źródeł poboru wody oraz ujęć wodnych przed skażeniami i zakażeniami	<b>D</b>	<b>PP</b>
5.	Wyjaśnić niebezpieczeństwa wynikające ze spożycia skażonych (zakażonych) produktów	<b>B</b>	<b>P</b>

### **Temat 8: Ochrona płodów rolnych, paszy i zwierząt gospodarskich przed skażeniami i zakażeniami**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami ochrony płodów rolnych i zwierząt przed skażeniami i zakażeniami

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Omówić podstawowe sposoby zabezpieczania płodów rolnych i paszy przed skażeniami i zakażeniami	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Wyjaśnić potrzebę ochrony zwierząt przed skażeniami i zakażeniami	<b>B</b>	<b>PP</b>
3.	Określić skutki działania środków promieniotwórczych, chemicznych i biologicznych na zwierzęta	<b>C</b>	<b>PP</b>
4.	Uzasadnić konieczność wykonywania zabezpieczeń przed skażeniami i zakażeniami	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **Temat 9: Zabiegi specjalne i sanitarne**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami przeprowadzania zabiegów sanitarnych i specjalnych

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Omówić sposoby przeprowadzania zabiegów sanitarnych i specjalnych	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Wykazać różnice między zabiegami całkowitymi i częściowymi	<b>C</b>	<b>P</b>
3.	Omówić zastosowanie Indywidualnego Pakietu Przeciwchemicznego (IPP)	<b>B</b>	<b>P</b>
4.	Wyjaśnić celowość organizowania punktów zabiegów sanitarnych i specjalnych	<b>B</b>	<b>PP</b>
5.	Zaplanować organizację PZSan. w domu (szkole, internacie)	<b>D</b>	<b>PP</b>
6.	Uzasadnić konieczność zachowania szczególnej ostrożności podczas wykonywania zabiegów sanitarnych i specjalnych	<b>C</b>	<b>PP</b>
7.	Przedstawić zasady postępowania z poszkodowanymi w przypadku ran mieszanych (mikstów)	<b>C</b>	<b>P</b>

**Temat 10: Zapobieganie powstawaniu i rozprzestrzenianiu się pożarów**

Cel ogólny: zapoznać z przyczynami powstawania i rozprzestrzeniania się pożarów oraz ze sposobami zapobiegania im

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wyjaśnić najczęstsze przyczyny powstawania pożarów	B	P
2.	Omówić sposoby ochrony przeciwpożarowej budynków mieszkalnych, zabudowań gospodarczych, lasów i pól	B	P
3.	Rozpoznać i prawidłowo zareagować na sygnał alarmu o pożarze w szkole	C	P
4.	Wskazać w szkole (w internacie, w domu) miejsca szczególnie zagrożone wystąpieniem pożaru i uzasadnić swój wybór	C	PP
5.	Zaplanować postępowanie uczniów szkoły po usłyszeniu sygnału o pożarze	D	PP
6.	Wyjaśnić obowiązki uczniów (domowników, mieszkańców, administracji) w zakresie ochrony przeciwpożarowej	B	P
7.	Zaplanować obowiązki domowników (mieszkańców internatu) na wypadek zagrożenia pożarowego	D	PP
8.	Uzasadnić celowość przestrzegania zasad ochrony przeciwpożarowej	D	PP

**Temat 11: Walka z pożarami**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami i środkami gaszenia pożarów oraz sposobami ratowania ludzi z pożaru

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Scharakteryzować poszczególne rodzaje pożarów	B	P
2.	Opisać zasadność wykorzystania poszczególnych środków i sprzętu gaśniczego	B	PP
3.	Dobrać odpowiedni środek i sprzęt gaśniczy do rodzaju pożaru	C	P
4.	Omówić podstawowe zasady bezpiecznego ratowania ludzi z rejonu zagrożenia	B	P
5.	Dokonać wyboru wariantu postępowania stosownie do opisanej sytuacji	D	P
6.	Uzasadnić celowość opanowania paniki osób zagrożonych	C	PP
7.	Uzasadnić konieczność przestrzegania zasad bezpieczeństwa podczas akcji ratowniczo-gaśniczej	D	PP
8.	Omówić sposób gaszenia odzieży płonącej na człowieku	B	P
9.	Zaplanować sposób ewakuacji zwierząt z rejonów objętych pożarem (np. psa, królików, owiec, krów itp.)	C	PP
10.	Uzasadnić konieczność podporządkowania się pewnym rygorom (komendom) podczas prowadzenia akcji ratowniczej	D	PP

## Temat 12: Ochrona ludności przed skutkami powodzi i zatopieniami

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami ochrony ludności przed skutkami powodzi i zatopieniami

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Scharakteryzować zagrożenia powodziowe w Polsce	B	PP
2.	Wskazać obszary zagrożone powodzią na terenie gminy (powiatu, kraju)	C	P
3.	Opisać urządzenia wodne przeznaczone do ochrony przed powodzią	B	P
4.	Uzasadnić celowość ochrony mostów, śluz, urządzeń i budowli hydrotechnicznych	D	P
5.	Podać przykłady ochrony ludności przed skutkami powodzi	C	P
6.	Zaplanować czynności domowników na wypadek zagrożenia powodziowego	D	PP
7.	Określić obowiązki ludności zamieszkałej na terenach objętych akcją ratunkową	C	P
8.	Uzasadnić konieczność podejmowania przedsięwzięć przeciwepidemicznych na terenach objętych powodzią	D	PP
9.	Zaplanować ewakuację rodziny (grupy rówieśników przebywającej pod namiotem nad wodą) na wypadek zagrożenia powodziowego	D	PP
10.	Uzasadnić konieczność przestrzegania w rejonach powodziowych określonych zasad i podporządkowania się pewnym rygorom	D	PP

## Temat 13. Zagrożenia międzynarodowym terroryzmem

Cel ogólny: przybliżyć rodzaje współczesnych zagrożeń związanych z terroryzmem

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Uzasadnić konieczność podporządkowania się poleceniom w sytuacji zagrożenia lub ataku terrorystycznego	D	P
2.	Omówić sytuacje stanowiące potencjalne zagrożenie atakiem terrorystycznym	C	P
3.	Przedstawić zasady zachowania się w sytuacji bycia zakładnikiem	B	P
4.	Analizować terroryzm jako zjawisko społeczne	C	PP
5.	Zaplanować działania, jakie należy podjąć w sytuacji ataków terrorystycznych (skażenia, zakażenia, wybuchy)	D	PP
6.	Przedstawić zasady zachowania się w sytuacji otrzymania podejrzanej przesyłki	C	PP

**DZIAŁ VII. Wybrane problemy  
Międzynarodowego Prawa Humanitarnego (MPH)**

**Temat 1: Ochrona ludności cywilnej podczas wojny  
i okupacji wojennej**

Cel ogólny: zapoznanie z zapisami prawnymi (wynikającymi z MPH)  
w zakresie ochrony ludności cywilnej podczas wojny i okupacji

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wyjaśnić istotę zasad humanitarnych ruchu Międzynarodowego Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężycy (MCKiCP)	B	P
2.	Omówić podstawowe zasady humanitarne wynikające z konwencji genewskich	B	PP
3.	Uzasadnić słuszność idei ruchu czerwonokrzyżowego	D	PP
4.	Omówić obowiązki walczących stron w zakresie ochrony ludności cywilnej	B	P
5.	Wymienić wskazania dotyczące ochrony kobiet i dzieci	A	P
6.	Scharakteryzować zadania i uprawnienia obrony cywilnej w świetle międzynarodowego prawa humanitarnego	B	PP
7.	Rozpoznać znaki i barwy ochronne oraz wyjaśnić ich znaczenie	C	P

**Temat 2: Obowiązki wobec rannych, chorych i rozbitków**

Cel ogólny: zapoznać z nakazami prawnymi (wynikającymi z MPH)  
wobec rannych, chorych i rozbitków

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Uzasadnić konieczność poszanowania, ochrony i leczenia rannych, chorych i rozbitków	B	P
2.	Wyjaśnić uprawnienia przysługujące cywilnemu personelowi medyczno-sanitarnemu i duchownym	B	PP
3.	Wymienić rodzaje jednostek stacjonarnych i ruchomych podlegających ochronie	A	P
4.	Określić znaczenie międzynarodowych unormowań prawnych dla humanitarnego traktowania i niesienia pomocy rannym, chorym i rozbitkom	C	PP
5.	Omówić obowiązki osób cywilnych i stowarzyszeń w zakresie pomocy rannym, chorym i rozbitkom	B	P

**Temat 3: Ochrona ofiar konfliktów zbrojnych o charakterze wewnątrzpaństwowym**

Cel ogólny: zapoznanie z nakazami prawnymi MPH

wobec ofiar konfliktów zbrojnych o charakterze międzynarodowym

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Omówić podstawowe postanowienia dotyczące humanitarnego traktowania osób, które nie biorą udziału w działaniach zbrojnych	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Uzasadnić zakaz traktowania poniżającego i okrutnego	<b>C</b>	<b>P</b>
3.	Uzasadnić konieczność ścigania i karania za zbrodnie wojenne	<b>C</b>	<b>PP</b>
4.	Podać przykłady łamania gwarancji humanitarnego traktowania ofiar wewnątrzpaństwowych konfliktów zbrojnych	<b>D</b>	<b>P</b>
5.	Uzasadnić potrzebę ochrony dóbr niezbędnych dla przetrwania ludności	<b>C</b>	<b>PP</b>
6.	Uzasadnić, że znajomość MPH stanowi podstawowy warunek jego przestrzegania w przyszłości	<b>D</b>	<b>PP</b>

**Temat 4: Ochrona dóbr kultury w razie konfliktu zbrojnego**

Cel ogólny: zapoznanie z nakazami prawnymi MPH w zakresie ochrony dóbr kultury

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wyjaśnić pojęcie „dobra kultury”	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Wymienić postanowienia prawne traktujące o ochronie dóbr kultury	<b>A</b>	<b>PP</b>
3.	Uzasadnić konieczność ochrony dóbr kultury	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Omówić zasady ochrony specjalnej i ogólnej dóbr kultury	<b>B</b>	<b>PP</b>
5.	Umieć zidentyfikować międzynarodowe znaki rozpoznawcze konwencji haskiej	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Uzasadnić, że zachowanie dziedzictwa kulturowego ma wielkie znaczenie dla wszystkich narodów świata	<b>D</b>	<b>PP</b>

## **DZIAŁ VIII. Ratownictwo i pierwsza pomoc**

### **Temat 1: Organizacja pomocy na miejscu wypadku**

Cel ogólny: zapoznać z zasadami zachowania się na miejscu wypadku

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wyjaśnić zasady zachowania się ratujących (świadków zdarzenia) na miejscu wypadku	<b>C</b>	<b>P</b>
2.	Wymienić prawne podstawy udzielania pomocy poszkodowanym	<b>A</b>	<b>P</b>
3.	Zinterpretować cywilnoprawne skutki udzielania pomocy	<b>C</b>	<b>PP</b>
4.	Omówić poszczególne ogniwa łańcucha ratunkowego	<b>B</b>	<b>P</b>
5.	Wezwać pomoc według wyuczonego schematu	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Uzasadnić, że prawidłowy meldunek może mieć istotne znaczenie dla ratowania życia poszkodowanego	<b>D</b>	<b>PP</b>
7.	Ocenić zachowanie się świadków zdarzenia (ratujących) na miejscu wypadku	<b>D</b>	<b>PP</b>
8.	Określić zasady ustawiania trójkąta ostrzegawczego na drodze	<b>B</b>	<b>PP</b>

### **Temat 2: Rozpoznawanie stanów zagrożenia życia i zdrowia**

Cel ogólny: nauczyć zasad i sposobów rozpoznawania stanów zagrożenia życia i postępowania zgodnie z przyjętym schematem

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Postępować według poznanego schematu ratunkowego	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Rozpoznać zaburzenia podstawowych funkcji życiowych organizmu	<b>B</b>	<b>P</b>
3.	Rozpoznać podstawowe urazy u poszkodowanego na podstawie badania systemowego	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Uzasadnić konieczność udzielania pomocy w przypadku uszkodzenia czynności życiowych poszkodowanego	<b>D</b>	<b>PP</b>
5.	Odwrócić poszkodowanego leżącego na brzuchu – gdy zachodzi taka potrzeba – na plecy	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Scharakteryzować czynności doraźne, ratujące życie	<b>B</b>	<b>P</b>
7.	Określić skutki nieudzielenia pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego	<b>C</b>	<b>PP</b>

### **Temat 3: Nagłe zasłabnięcia i zachorowania wymagające pierwszej pomocy**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami udzielania pierwszej pomocy w przypadku zasłabnięć i nagłych zachorowań

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Scharakteryzować przyczyny i objawy nagłych zasłabnięć	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Udzielić pierwszej pomocy w przypadku omdlenia	<b>B</b>	<b>P</b>
3.	Zapobiegać omdleniu	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Udowodnić, że utrata przytomności stanowi zagrożenie życia poszkodowanego	<b>D</b>	<b>PP</b>
5.	Ułożyć poszkodowanego w pozycji bocznej ustalonej i zmodyfikowanej w zależności od urazu	<b>C</b>	<b>P/PP</b>
6.	Udzielić pomocy w przypadku ataku epilepsji	<b>C</b>	<b>P</b>
7.	Stosować schemat postępowania ratowniczego	<b>B</b>	<b>P</b>
8.	Zaplanować akcję ratowniczą odpowiadającą konkretnej sytuacji	<b>D</b>	<b>PP</b>
9.	Ocenić zachowania ratujących w określonych sytuacjach	<b>C</b>	<b>PP</b>

### **Temat 4: Zadania i czynności ratownika w zaburzeniach oddychania i zatrzymaniu krążenia**

Cel ogólny: nauczyć wykonywania sztucznego oddychania i masażu serca

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wyjaśnić przyczyny zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Wykonać resuscytację krążeniowo–oddechową (przez jedną osobę lub przez dwie osoby) u dorosłego, dziecka i niemowlęcia	<b>C</b>	<b>P</b>
3.	Wskazać różnicę wykonywania sztucznego oddychania u niemowląt i małych dzieci	<b>C</b>	<b>PP</b>
4.	Uzasadnić, że od prawidłowego rozpoznania oraz szybkiej i umiejętnie wykonanej pomocy zależy życie ludzkie	<b>D</b>	<b>PP</b>
5.	Postępować według poznanego schematu ratowniczego	<b>B</b>	<b>P</b>

### **Temat 5: Skaleczenia i rany**

Cel ogólny: zapoznać z rodzajami ran i zagrożeniami wynikającymi z tego faktu

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Scharakteryzować poszczególne rodzaje ran oraz sposoby gojenia się ran	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Stosować podstawowe zasady opatrywania ran	<b>C</b>	<b>P</b>
3.	Scharakteryzować czynniki wpływające na proces gojenia się ran	<b>B</b>	<b>PP</b>
4.	Wyjaśnić sposoby zapobiegania zakażeniom	<b>B</b>	<b>PP</b>
5.	Zastosować właściwy opatrunek w zależności od rodzaju i umiejscowienia rany	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Uzasadnić, że właściwie udzielona pomoc przedlekarską ma istotny wpływ na stan zdrowia poszkodowanego	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **Temat 6: Krwotoki i sposoby ich tamowania**

Cel ogólny: zapoznać z rodzajami krwotoków i nauczyć sposobów ich tamowania

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Scharakteryzować rodzaje i niebezpieczeństwa krwotoków	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Zatamować krwotok zewnętrzny	<b>C</b>	<b>P</b>
3.	Zastosować opatrunek uciskowy	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Uzasadnić przypadki, w których można założyć opaskę uciskową	<b>C</b>	<b>PP</b>
5.	Scharakteryzować krwotoki wewnętrzne	<b>B</b>	<b>PP</b>
6.	Rozpoznać krwawienia wewnętrzne na podstawie objawów pośrednich	<b>C</b>	<b>PP</b>
7.	Ułożyć poszkodowanego w zależności od umiejscowienia urazu	<b>C</b>	<b>P</b>
8.	Uzasadnić, że krwotoki i silne krwawienia stanowią zagrożenie życia i zdrowia	<b>D</b>	<b>PP</b>
9.	Przeciwdziałać rozwojowi wstrząsu	<b>D</b>	<b>PP</b>
10.	Zmierzyć ciśnienie tętnicze krwi	<b>C</b>	<b>P</b>

### **Temat 7: Złamania kości i uszkodzenia stawów**

Cel ogólny: zapoznać z rodzajami urazów kostno-stawowych i nauczyć udzielania pomocy w przypadkach takich urazów

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Omówić podstawowe przyczyny urazów kostno–stawowych	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Rozróżnić na podstawie charakterystycznych objawów rodzaje urazów kostno-stawowych	<b>C</b>	<b>PP</b>
3.	Udzielić pomocy w przypadku złamania, zwichnięcia lub skręcenia	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Zastosować podręczne środki do unieruchomienia urazu	<b>C</b>	<b>P</b>
5.	Zastosować unieruchomienie ułożeniowe	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Unieruchomić złamanie skomplikowane (otwarte)	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **Temat 8: Urazy głowy i kręgosłupa**

Cel ogólny: zapoznać z podstawowymi zasadami udzielania pierwszej pomocy w przypadku urazów głowy i kręgosłupa

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wyjaśnić zagrożenia wynikające z uszkodzenia głowy i kręgosłupa	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Rozpoznać na podstawie charakterystycznych objawów niektóre urazy	<b>C</b>	<b>P</b>
3.	Udzielić pomocy w różnych urazach	<b>C</b>	<b>PP</b>
4.	Uzasadnić, że znajomość zasad udzielania pomocy może uratować życie poszkodowanemu	<b>D</b>	<b>PP</b>
5.	Przeciwdziałać rozwojowi wstrząsu	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Uzasadnić niezbędność pomocy w przypadku wystąpienia poszczególnych urazów	<b>D</b>	<b>PP</b>

### Temat 9: Oparzenia termiczne

Cel ogólny: nauczyć udzielania pomocy w przypadku urazów termicznych

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Scharakteryzować stopnie oparzeń	B	P
2.	Ocenić głębokość oparzenia na podstawie podstawowych objawów	C	PP
3.	Udzielić pierwszej pomocy w przypadku oparzeń termicznych	C	P
4.	Obliczyć rozległość oparzenia stosując odpowiednie metody	C	P
5.	Przeciwdziałać rozwojowi wstrząsu	C	P
6.	Scharakteryzować rodzaje zagrożeń towarzyszących rozległym oparzeniom lub odmrożeniom	B	PP
7.	Udzielić pomocy w przypadku odmrożenia	C	P
8.	Ocenić stopień odmrożenia na podstawie objawów miejscowych	C	PP
9.	Uzasadnić, że w przypadku urazów termicznych znajomość zasad postępowania ratowniczego skutecznie ratuje życie	D	PP

### Temat 10: Oparzenia chemiczne

Cel ogólny: nauczyć udzielania pomocy w przypadku oparzeń chemicznych

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Scharakteryzować poszczególne rodzaje oparzeń chemicznych	B	PP
2.	Udzielić pierwszej pomocy w zależności od rodzaju oparzenia	C	P
3.	Scharakteryzować rodzaje zagrożeń występujących podczas udzielania pomocy	B	P
4.	Określić ogólne zasady postępowania w przypadku oparzeń wymagających szczególnej troski	B	P
5.	Uzasadnić potrzebę zdobywania wiedzy w tym zakresie	D	PP

### Temat 11: Zatrucia środkami chemicznymi, jadami roślinnymi i środkami spożywczymi

Cel ogólny: zapoznać z ogólnymi zasadami udzielania pomocy w przypadku zatruc

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Scharakteryzować najczęstsze przyczyny zatruc	B	P
2.	Omówić drogi przenikania trucizn do organizmu	B	PP
3.	Określić sposoby udzielania pomocy w zależności od rodzaju spożytej substancji	C	P
4.	Rozpoznać zatrucie na podstawie typowych objawów i określić zakres pierwszej pomocy	C	PP
5.	Wyjaśnić zakres pierwszej pomocy w przypadku zatrucia przez drogi oddechowe, skórę i błony śluzowe	C	PP

### **Temat 12: Ukąszenia, pogryzienia i użądlenia**

Cel ogólny: zapoznać z ogólnymi zasadami udzielania pierwszej pomocy w przypadku ukąszeń, pogryzień i użądleń

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wyjaśnić sposoby udzielania pierwszej pomocy w zależności od rodzaju urazu	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Scharakteryzować poszczególne rodzaje ran kąsanych	<b>B</b>	<b>PP</b>
3.	Udzielić pomocy pogryzionemu przez zwierzę (np. psa)	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Udzielić pomocy w przypadku ukąszenia przez żmiję	<b>C</b>	<b>P</b>
5.	Udzielić pomocy w przypadku użądlenia	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Zapobiegać rozwojowi wstrząsu uczuleniowego	<b>D</b>	<b>PP</b>
7.	Omówić sposoby zapobiegania rozwojowi wścieklizny	<b>C</b>	<b>P</b>

### **Temat 13: Ciała obce w organizmie**

Cel ogólny: zapoznać z zasadami usuwania ciał obcych tkwiących w organizmie

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Omówić sposoby postępowania podczas usuwania ciał obcych	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Zastosować podstawowe sposoby usuwania ciał obcych	<b>C</b>	<b>P</b>
3.	Zastosować chwyt Heimlicha	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Uzasadnić, że niewłaściwie udzielona pomoc może stanowić dodatkowe zagrożenie zdrowia (życia) człowieka	<b>D</b>	<b>PP</b>
5.	Podać przykłady sytuacji, w których ciał obcych nie należy usuwać	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Opisać sposoby zabezpieczania ciała obcego u poszkodowanego	<b>B</b>	<b>P</b>
7.	Uzasadnić przyczyny szczególnie ostrożnego postępowania w przypadku utkwienia ciał obcych	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **Temat 14: Cele i zasady bandażowania**

Cel ogólny: zapoznać z zasadami bandażowania i nauczyć opatrywania ran

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Omówić funkcję, jaką spełnia opatrunek	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Wyjaśnić zastosowanie poszczególnych materiałów opatrunkowych	<b>B</b>	<b>PP</b>
3.	Opatrzyć rany umiejscowione na różnych częściach ciała	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Posługiwać się chustą trójkątną podczas opatrywania ran i unieruchamiania złamań	<b>C</b>	<b>P</b>
5.	Uzasadnić, że umiejętne opatrywanie urazów łagodzi ból i sprzyja gojeniu się ran	<b>D</b>	<b>PP</b>

### **Temat 15: Sposoby ewakuacji poszkodowanych**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami ewakuacji poszkodowanych

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Omówić podstawowe zasady transportowania poszkodowanych	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Zademonstrować podstawowe techniki podnoszenia i odciągania poszkodowanych	<b>C</b>	<b>P</b>
3.	Stosować w praktyce sposoby przenoszenia poszkodowanych przez jedną osobę lub przez dwie osoby	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Ułożyć poszkodowanego bezpiecznie na noszach, w zależności od umiejscowienia urazu	<b>C</b>	<b>PP</b>
5.	Sporządzić prowizoryczne nosze	<b>C</b>	<b>PP</b>

### **Temat 16: Ratowanie poszkodowanych w różnych sytuacjach zagrożenia życia**

Cel ogólny: zapoznać z zasadami udzielania pierwszej pomocy w sytuacji zagrożenia życia

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Omówić podstawowe zasady ratowania poszkodowanego w wodzie lub pod lodem	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Wyjaśnić schemat postępowania w sytuacji zadziergnięcia	<b>B</b>	<b>PP</b>
3.	Wykonać RK-O przez jedną osobę lub przez dwie osoby	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Udzielić pomocy osobie z zawałem serca	<b>D</b>	<b>P</b>
5.	Pomóc osobie z atakiem astmy oskrzelowej	<b>C</b>	<b>P</b>
6.	Udzielić pomocy osobie porażonej prądem elektrycznym	<b>C</b>	<b>P</b>
7.	Wyjaśnić sposób postępowania z osobą chorą, u której występuje niedocukrzenie krwi, atak astmy oskrzelowej, zawał serca	<b>C</b>	<b>PP</b>
8.	Zapobiegać rozwojowi wstrząsu	<b>C</b>	<b>P</b>
9.	Wyjaśnić mechanizm porażenia prądem elektrycznym		

**Temat 17: Pierwsza pomoc w wypadkach komunikacyjnych**

Cel ogólny: zapoznać z zasadami udzielania pierwszej pomocy w wypadkach komunikacyjnych

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Stosować schemat postępowania ratunkowego w wypadkach komunikacyjnych	C	P
2.	Omówić zasady ewakuacji poszkodowanych z zagrożonego terenu	B	PP
3.	Wydobyć poszkodowanego z pojazdu	D	PP
4.	Określić zasady ustawiania trójkąta ostrzegawczego na drodze	B	P
5.	Stosować zasady ewakuacji poszkodowanych z zagrożonego terenu	C	P

**Temat 18: System ratownictwa medycznego**

Cel ogólny: z zasadami i istotą funkcjonowania zintegrowanego systemu ratowniczego

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wymienić podmioty zintegrowanego systemu ratownictwa medycznego	A	P
2.	Omówić założenia zintegrowanego systemu ratownictwa medycznego	B	P
3.	Wyjaśnić istotę współdziałania podmiotów ratownictwa medycznego	B	PP
4.	Wskazać korzyści wynikające z wprowadzenia zintegrowanego systemu ratownictwa medycznego	C	PPC
5.	Omówić zakres działań podejmowanych w ramach pierwszej pomocy	B	P

**Temat 19: Pomoc porażonym (substancjami promieniotwórczymi i trującymi) w wyniku awarii przemysłowych i katastrof komunikacyjnych**

Cel ogólny: zapoznać z zasadami udzielania pomocy osobom porażonym substancjami promieniotwórczymi i przemysłowymi

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Scharakteryzować urazy powstałe w wyniku działania czynników broni jądrowej lub w wyniku awarii elektrowni jądrowej	B	P
2.	Omówić stopnie choroby popromiennej	B	P
3.	Scharakteryzować objawy zatruc BST	B	PP
4.	Wyjaśnić następstwa działania broni biologicznej	C	P
5.	Wymienić choroby zakaźne, których wirusy lub bakterie mogą być wykorzystane jako broń biologiczna	B	PP
6.	Stosować schemat postępowania ratowniczego w przypadku uszkodzeń mieszanych	D	PP

**Temat 20: Rola jednostki w kształtowaniu własnego i społecznego bezpieczeństwa**

Cel ogólny: zapoznać ze sposobami przeciwdziałania patologii społecznej wśród dzieci i młodzieży

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Omówić sytuacje i środowiska sprzyjające przestępczości	B	P
2.	Scharakteryzować rodzaje patologii społecznych występujących wśród młodzieży	B	P
3.	Przedstawić sposoby zapobiegania przestępczości wśród dzieci i młodzieży	D	PP
4.	Udowodnić, że prospołeczne zachowania młodzieży sprzyjają zachowaniu bezpieczeństwa własnego i społecznego	D	PP
5.	Identyfikować ryzyko dla siebie i innych	C	P
6.	Analzować sposoby przeciwdziałania patologiom społecznym	D	PP

## DZIAŁ IX. Terenoznawstwo

### Temat 1: Zasady orientowania się w terenie

Cel ogólny: zapoznać z zasadami orientowania się w terenie

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Uzasadnić celowość zdobywania umiejętności orientowania się w terenie	B	P
2.	Określić kierunki stron świata za pomocą busoli	C	P
3.	Wyznaczyć kierunek północy wg ciał niebieskich, niektórych przedmiotów terenowych i zjawisk przyrodniczych	C	P
4.	Wskazać wady i zalety sposobu orientowania się w terenie wg przedmiotów terenowych	C	PP

### Temat 2: Posługiwanie się mapą

Cel ogólny: nauczyć posługiwania się mapą w terenie

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Scharakteryzować ogólne rodzaje map	B	PP
2.	Czytać mapę topograficzną	C	P
3.	Posługiwać się planem miasta	C	P
4.	Zaplanować wycieczkę na podstawie mapy topograficznej	D	P
5.	Wyjaśnić znaczenie napisów pozaramkowych	C	PP
6.	Posługiwać się w terenie mapą topograficzną	C	P
7.	Zorientować mapę geometrycznie i magnetycznie	C	PP
8.	Porównać mapę z terenem	C	P

### Temat 3: Marsz według azymutu

Cel ogólny: nauczyć posługiwania się busolą i kompasem

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Opisać zasady określania kątów poziomych za pomocą busoli	B	P
2.	Określić azymut magnetyczny	C	P
3.	Sporządzić tabelę marszu	C	PP
4.	Zaplanować ominięcie przeszkód terenowych (na szkicu)	C	PP
5.	Dokonywać pomiaru odległości na mapie i w terenie	C	P

#### **Temat 4: Sporządzanie szkicu**

Cel ogólny: nauczyć wykonywania szkicu terenu

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Omówić istotę i przeznaczenie szkicu	<b>B</b>	<b>P</b>
2.	Wyjaśnić zasady wykonywania szkicu	<b>C</b>	<b>PP</b>
3.	Wykonać szkic terenu	<b>C</b>	<b>P</b>
4.	Sporządzić szkic trasy marszu	<b>C</b>	<b>PP</b>

### **Moduł działów fakultatywnych**

(działy do wyboru: A albo B, albo C)

#### **A. Strzelectwo sportowe**

##### **Temat 1: Broń sportowa**

Cel ogólny: zapoznać z typami i konstrukcją strzeleckiej broni sportowej

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć uczniów – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Dokonać podziału broni palnej	<b>B</b>	<b>PP</b>
2.	Opisać budowę naboju	<b>B</b>	<b>P</b>
3.	Wymienić przyrządy celownicze	<b>A</b>	<b>P</b>
4.	Wymienić podstawowe części karabinka sportowego	<b>A</b>	<b>P</b>
5.	Dokonać przeglądu i konserwacji broni	<b>C</b>	<b>PP</b>
6.	Omówić zasady działania broni pneumatycznej	<b>C</b>	<b>PP</b>
7.	Omówić zasady działania broni palnej	<b>B</b>	<b>PP</b>

##### **Temat 2: Zjawisko strzału, tor pocisku i jego elementy**

Cel ogólny: zapoznać z czynnikami wpływającymi na celność strzelania

<b>Lp.</b>	<b>Wykaz osiągnięć uczniów – uczeń potrafi:</b>	<b>KC</b>	<b>PW</b>
1.	Wymienić elementy toru pocisku	<b>A</b>	<b>PP</b>
2.	Opisać zjawisko strzału	<b>B</b>	<b>P</b>
3.	Omówić czynniki wpływające na celność strzelania	<b>B</b>	<b>P</b>
4.	Omówić wpływ czynników zależnych od strzelca na celność strzelania	<b>B</b>	<b>PP</b>
5.	Określić czynniki niezależne od strzelca, a mające wpływ na celność strzelania	<b>C</b>	<b>PP</b>
6.	Uwzględnić wpływ warunków atmosferycznych na celność strzelania	<b>D</b>	<b>PP</b>

### Temat 3: Składanie się do strzału, celowanie i oddanie strzału

Cel ogólny: nauczyć przyjmowania pozycji strzeleckich oraz poprawnego celowania i oddawania strzału

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Wymienić postawy strzeleckie	A	P
2.	Przyjąć poprawną postawę strzelecką	C	P
3.	Opisać prawidłowe ściąganie języka spustowego	B	PP
4.	Wymienić błędy popełnione podczas składania się do strzału	A	P
5.	Płynnie ściągać język spustowy	C	P
6.	Wyjaśnić celowanie tzw. muszką równą	B	PP
7.	Określić wpływ sposobu trzymania broni na celność strzelania	D	PP
8.	Rozpoznać na podstawie ułożenia się przestrzelin, jaki błąd popełnił strzelec	D	PP

### Temat 4: Zachowanie się na strzelnicy

Cel ogólny: zapoznać z zasadami zachowania się na strzelnicy

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Omówić podstawowe warunki bezpieczeństwa na strzelnicy	B	P
2.	Omówić zasady bezpieczeństwa przy przewożeniu, przenoszeniu i posługiwaniu się bronią	B	P
3.	Omówić i uzasadnić postępowanie w przypadku niewypału lub zacięcia się broni	B	P
4.	Wyjaśnić, w jakich warunkach może być przerwane strzelanie	B	PP
5.	Wskazać przyczynę błędów popełnionych podczas strzelania	C	PP

## B. Terenoznawstwo

### Temat 1: Bieg na orientację

Cel ogólny: zapoznać z zasadami organizacji biegu na orientację

Lp.	Wykaz osiągnięć ucznia – uczeń potrafi:	KC	PW
1.	Orientować się w terenie według mapy	C	P
2.	Przygotować mapę do zawodów – wybrać odpowiedni teren	C	P
3.	Nanieść odpowiednie elementy trasy na mapie	C	P
4.	Zredagować regulamin zawodów sportowych	D	PP
5.	Omówić reguły fair play w biegu na orientację	C	PP
6.	Zaplanować trasę biegu na orientację	D	PP

#### IV. Rozwój kompetencji kluczowych, zawartych w *Podstawie programowej...*, przedmiotu przysposobienie obronne na IV etapie edukacyjnym

Umiejętność kształcona	Wskaźnik opanowania umiejętności – uczeń powinien:
Umiejętność planowania, organizowania i oceniania własnej nauki, przyjmowania za nią coraz większej odpowiedzialności	<ul style="list-style-type: none"> <li>• znać wymagania przedmiotowe przysposobienia obronnego</li> <li>• stosować różne techniki skutecznego uczenia się</li> <li>• planować i realizować działania ratownicze w zaistniałej sytuacji</li> <li>• uzasadniać wybór zastosowanych algorytmów postępowania ratowniczego</li> <li>• podejmować odpowiedzialność za własny rozwój, doskonalenie umiejętności udzielania pierwszej pomocy i oceniania stopnia ich opanowania</li> <li>• podejmować działania w zakresie doskonalenia swoich umiejętności</li> <li>• rozumieć znaczenie posiadania wiedzy i umiejętności nabytych podczas lekcji PO, w życiu osobistym i zawodowym</li> </ul>
Umiejętność skutecznego porozumiewania się w różnych sytuacjach, prezentacji własnego punktu widzenia i brania pod uwagę poglądów innych ludzi, poprawnego posługiwania się językiem ojczystym, przygotowania do publicznych wystąpień	<ul style="list-style-type: none"> <li>• przygotować prezentacje na wybrany temat (zgodnie z określonym celem)</li> <li>• wykorzystywać różne środki przekazu</li> <li>• publicznie prezentować własny punkt widzenia</li> <li>• argumentować własny pogląd</li> <li>• logicznie i jasno komunikować wnioski (np. o zagrożeniu życia, sposobie organizacji akcji ratunkowej itp.)</li> <li>• wykazywać empatię wobec innych ludzi, zwłaszcza w sytuacji zagrożenia życia lub zdrowia</li> <li>• prezentować zachowania asertywne</li> <li>• krytycznie oceniać własne porażki</li> <li>• wyciągać wnioski na przyszłość i znajdować rozwiązania alternatywne</li> <li>• posługiwać się poprawną terminologią przedmiotową</li> <li>• czytać ze zrozumieniem teksty popularne i naukowe o tematyce przedmiotowej</li> <li>• wykorzystywać różne źródła do opracowania projektów</li> <li>• podejmować i prowadzić czynny dialog zarówno</li> </ul>

	<p>w trakcie trwania dyskusji, jak również w trakcie udzielania pomocy poszkodowanym</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• wypowiadać się, wygłaszać referaty w trakcie zajęć</li> </ul>
<p>Umiejętność efektywnego współdziałania w zespole i pracy w grupie, budowania więzi międzyludzkich, podejmowania indywidualnych i grupowych decyzji, skutecznego działania na gruncie zachowania obowiązujących norm.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• aktywnie uczestniczyć we wszystkich działaniach grupowych</li> <li>• podejmować efektywnie różne role w pracy zespołowej</li> <li>• rozumieć zadanie, jakie należy wykonać i określić w nim własną rolę</li> <li>• unikać konfliktów i neutralizować interakcje uniemożliwiające wykonanie zadania</li> <li>• wspierać innych członków zespołu w trakcie wykonywanych prac</li> <li>• dążyć do rozstrzygnięcia różnic zdań</li> <li>• ponosić odpowiedzialność za podjęte decyzje grupowe</li> <li>• przestrzegać zasad bezpieczeństwa i dbać o bezpieczeństwo swoje i innych podczas ćwiczeń praktycznych</li> <li>• prezentować wyniki pracy zespołu</li> <li>• oceniać efektywność pracy własnej i zespołu</li> <li>• poszukiwać sposobów podnoszenia skuteczności pracy zespołowej</li> </ul>
<p>Umiejętność rozwiązywania problemów w sposób twórczy</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• formułować problemy i hipotezy</li> <li>• planować sposób ich weryfikacji</li> <li>• stosować naukowe metody badawcze do rozwiązywania problemów praktycznych</li> <li>• stosować metody analizy tekstów do rozwiązywania problemów</li> <li>• analizować zagrożenia i planować akcje ratownicze z uwzględnieniem środków i materiałów niezbędnych do ich realizacji</li> <li>• dokonywać krytycznej analizy wykonanych działań</li> <li>• analizować wyniki, tabele oceniania i wnioskować na ich podstawie – oceniać skuteczność własnych działań i całej grupy</li> </ul>
<p>Umiejętność poszukiwania, porządkowania i wykorzystywania informacji z różnych źródeł</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• wykorzystywać różne źródła wiedzy w celu wyjaśniania problemów</li> <li>• dobierać źródła do rodzaju poszukiwanych informacji</li> <li>• integrować wiedzę z różnych dziedzin</li> <li>• dobierać, porządkować i interpretować fakty zgodnie z problematyką zadania</li> </ul>

<p>oraz efektywnego korzystania z mediów</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• dokonywać selekcji informacji źródłowych</li> <li>• odczytywać instrukcje do zadań</li> <li>• posługiwać się słownym, graficznym i tabelarycznym (odczytywanie i zapisywanie) źródłem informacji</li> <li>• wykorzystywać media do poszukiwania i przygotowania prezentacji</li> <li>• wykorzystywać dostępne programy edukacyjne w procesie uczenia się</li> </ul>
<p>Umiejętność zastosowania nabytej wiedzy w praktyce oraz kształtowania potrzebnych doświadczeń i nawyków</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• rozpoznawać rodzaje urazów na podstawie typowych objawów oraz udzielać stosownie do urazu pierwszej pomocy</li> <li>• rozpoznawać rodzaje zagrożeń i planować sposoby zapobiegania im</li> <li>• projektować działania służące praktycznemu wykorzystaniu wiedzy przedmiotowej w ochronie środowiska, profilaktyce zdrowia i w zapobieganiu skutkom nieszczęśliwych wypadków</li> <li>• przewidywać skutki podejmowanych działań ratunkowych</li> <li>• wartościować działania człowieka dotyczące ingerencji człowieka w środowisko przyrodnicze, przestrzegania norm międzynarodowego prawa humanitarne-go oraz stosowania się do przepisów bezpieczeństwa i ochrony życia</li> <li>• wykazywać się pożądanymi postawami prozdrowotnymi i proekologicznymi</li> </ul>
<p>Umiejętność rozwijania sprawności umysłowych oraz osobistych zainteresowań</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• charakteryzować, porównywać i wyjaśniać różne rodzaje zagrożeń życia i zdrowia ludzkiego</li> <li>• interpretować różne związki przyczynowo-skutkowe</li> <li>• określać potrzeby zdrowotne człowieka</li> <li>• analizować zmiany zachodzące w środowisku (ich prawidłowości i nieprawidłowości)</li> <li>• prezentować własne zainteresowania</li> <li>• wykorzystywać różne źródła wiedzy w rozwoju zainteresowań</li> <li>• korzystać z możliwości współpracy z ośrodkami naukowymi oraz uczestniczyć w różnych programach i projektach służących rozwojowi własnych zainteresowań zdrowotnych, obronnych, ekologicznych, strzeleckich lub topograficznych</li> </ul>

<p>Umiejętność przyswajania sobie metod i technik negocjacyjnego rozwiązywania konfliktów i problemów społecznych</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• stosować różne techniki graficzne dla zbierania argumentów i rozstrzygnięcia konfliktów</li> <li>• wykorzystać teksty źródłowe opisujące stanowiska stron w jakimś konflikcie dla przeprowadzenia negocjacji</li> <li>• uwzględniać interesy różnych stron uczestniczących w konfliktach</li> <li>• podejmować dyskusję na temat zjawisk i działań zagrażających życiu i zdrowiu człowieka, zagrożeń środowiska, stosowania międzynarodowego prawa humanitarnego, itp.</li> <li>• przewidywać krótko- i długofalowe skutki różnych decyzji</li> <li>• odnajdywać sposoby naprawy szkód</li> <li>• przygotować i obronić argumenty za przyjęciem określonego rozwiązania, w tym również odmiennego od własnych poglądów</li> </ul>
---	--

## V. Zasady kontroli i oceny osiągnięć uczniów

Kontrola osiągnięć uczniów jest istotnym elementem procesu dydaktycznego i polega na gromadzeniu i scalaniu informacji o poszczególnych uczniach i całej klasie. Prawidłowo prowadzona kontrola umożliwia planowanie procesu dydaktycznego i wartościowanie osiągnięć uczniów.

Wyróżnia się zazwyczaj dwie funkcje oceniania: klasyfikacyjną (różnicującą) i diagnostyczno-motywacyjną (służącą wspieraniu szkolnej kariery ucznia, motywującą go do osiągania celów). Należy zdawać sobie sprawę z obu aspektów oceniania i bardzo starannie je rozróżniać.

Właściwe zaplanowanie nauczania przysposobienia obronnego w szkole ponadgimnazjalnej, wymaga wcześniejszego zapoznania się nauczyciela ze stanem wiedzy i umiejętności swoich uczniów. W tym celu, na pierwszych zajęciach, powinien *wstępnie sprawdzić stopień opanowania* wiadomości i umiejętności nabytych przez młodzież w gimnazjum podczas zajęć realizowanych w ramach ścieżek edukacyjnych: prozdrowotnej, ekologicznej i obrony cywilnej.

*Kontrola bieżąca*, dokonywana w trakcie przyswajania nowych dla uczniów treści kształcenia, dostarcza informacji o efektywności nauczania i uczenia się, co pozwala kształtować i modelować proces dydaktyczny. Kontrola bieżąca jest szczególnie istotna w początkowych etapach cyklu kształcenia, ponieważ umożliwia nauczycielowi bliższe poznanie możliwości intelektualnych swoich uczniów, co powinno mieć wpływ na stosowania odpowiednich strategii i metod nauczania.

*Kontrola końcowa* (sumująca) jest najczęściej przeprowadzana po realizacji poszczególnych działów nauczania, pod koniec semestru albo roku szkolnego.

Każda szkoła, a w niej każdy nauczyciel przedmiotu zobowiązany jest na początku roku szkolnego określić szczegółowe zasady oceniania. Konstruując przedmiotowy system oceniania, powinien z uczniami opracować umowę, w której zostaną jasno określone prawa i obowiązki ucznia, a także zadania nauczyciela w zakresie realizacji procesu dydaktycznego oraz sposobu informowania uczniów i rodziców (opiekunów) o ocenie (postępach w zdobywaniu wiedzy i umiejętności).

**Przykładowy wariant umowy z uczniami:**

- Ocenianiu podlegają wiedza i umiejętności ucznia.
- Ocenie podlegają wszystkie obszary aktywności ucznia.
- Sprawdziany są obowiązkowe (zgodnie z wewnątrzszkolnym systemem oceniania)
- Uczeń, który otrzymał ocenę niedostateczną ze sprawdzianu, lub w nim nie uczestniczył, ma obowiązek sprawdzian ten zaliczyć w terminie dwóch tygodni.
- Uczeń ma prawo przystąpić powtórnie do sprawdzianu w terminie ustalonym z nauczycielem (w ciągu dwóch tygodni).
- Uczeń nie ma możliwości poprawiania prac na tydzień przed klasyfikacją.
- Każdy sprawdzian poprzedzony jest zapowiedzią udokumentowaną wpisem w dzienniku.
- Kartkówki mogą obejmować materiał z dwóch ostatnich tematów i nie podlegają poprawie.
- Uczeń ma prawo raz w semestrze zgłosić nieprzygotowanie do lekcji (jeżeli tego faktu bądź braku zadania domowego nie zgłosi na początku lekcji, otrzymuje ocenę niedostateczną).
- Uczeń ma prawo do dodatkowych ocen za wykonane prace nadobowiązkowe zlecone przez nauczyciela.
- Prowadzenie zeszytu ćwiczeń jest obowiązkowe i podlega ocenie.
- Uczeń, który opuścił więcej niż 50% lekcji, a brakuje innych podstaw do wystawienia oceny – nie może być klasyfikowany.
- Uczeń, który uchyla się od oceniania może być nieklasyfikowany.
- Ustalona przez nauczyciela końcowa roczna ocena niedostateczna może być zmieniona w wyniku egzaminu poprawkowego.
- Ocena semestralna/roczna ustalana jest na podstawie ocen oraz ocenianych w danym semestrze form aktywności ucznia. Wystawiając ocenę końcową, stosuje się zróżnicowaną skalę z uwzględnieniem „wagi” obszarów oceniania (średnia „ważona”).

Nauczyciel przekazuje informację o ocenie:

- uczniowi – jako komentarz do każdej oceny, w formie wyjaśnienia, uzasadnienia, wskazówek do dalszej pracy.

- rodzicom (opiekunom) – na ich prośbę, jako uwagi i spostrzeżenia o aktualnym rozwoju ucznia, jego uzdolnieniach i trudnościach.

Innym, niezmiernie ważnym elementem w systemie oceniania jest określenie obszarów aktywności ucznia.

Oto ich przykłady:

- posługiwanie się językiem przedmiotu,
- rozwiązywanie problemów,
- aktywność na lekcjach, zarówno intelektualna, jak i praktyczna
- stosowanie wiedzy przedmiotowej w sytuacjach praktycznych,
- praca w grupach,
- aktywność dodatkowa (poza zajęciami),
- samodzielna praca na lekcjach,
- prace długoterminowe (np. projekt),
- znajomość i stosowanie algorytmów,
- poszukiwanie, porządkowanie i wykorzystywanie informacji z różnych źródeł (uczeń umie korzystać z różnych przekazów).

Określenie narzędzi oceniania i wagi, jaką będzie się przypisywać poszczególnym ocenom pozwoli na uniknięcie nieporozumień i da szansę uczniowi kierowania własnym procesem uczenia się. Pozwoli także uniknąć wielu nieporozumień podczas oceniania semestralnego lub całorocznego.

#### **Wykaz proponowanych narzędzi oceniania:**

<i>Formy ustne:</i>	„waga”
• odpowiedzi	1
• aktywność na lekcjach	1
• prezentacja	1
<i>Formy pisemne:</i>	
• sprawdziany	2
• zadania domowe	1
• referaty	1
• opracowanie algorytmów zachowań w sytuacjach zagrażających zdrowiu lub życiu	2
<i>Formy praktyczne:</i>	
• symulacja urazów, pozoracja ran i wypadku (indywidualna i zespołowa)	2
• ćwiczenia praktyczne w zakresie udzielania pierwszej pomocy (indywidualne i zespołowe)	1
• wykonanie szkiców i projektowanie tras wycieczek	2
• przygotowanie i przeprowadzenie fragmentu lekcji	2
• uczestnictwo w imprezach (przygotowanie imprez dla młodzieży szkoły macierzystej i szkół niższego szczebla)	2
• praca w grupie	1
• projekt	2

### Zeszyt przedmiotowy (zeszyt ćwiczeń)

Oceniając zeszyt przedmiotowy, należy wziąć pod uwagę systematyczność prowadzenia notatek oraz treść i sposób udzielenia odpowiedzi na pytania, wykraczające poza podręcznik (w oparciu o materiały źródłowe, własne przemyślenia itp.) lub odpowiedzi odtwórcze – niewykraczające poza podręcznik.

Ocenę semestralną wystawia się według następującego algorytmu:

$$\text{ocena} = \frac{\text{suma iloczynów (ocena} \times \text{„waga”)}}{\text{suma „wag”}}$$

Przykład:

Uczeń Michał Kowalski otrzymał w semestrze następujące oceny:

odpowiedź – 4, sprawdzian – 5, zadanie domowe – 2, aktywność na lekcjach – 5, ćwiczenia praktyczne na fantomie – 3, projekt – 5, zeszyt – 4. Ocenę końcową (średnią „ważoną”) wyliczamy w następujący sposób:

$$\text{ocena} = \frac{4 \times 1 + 5 \times 2 + 2 \times 1 + 5 \times 1 + 3 \times 2 + 5 \times 2 + 4 \times 1}{1 + 2 + 1 + 1 + 2 + 2 + 1}$$

Ocena semestralna: dobry (średnia „ważona” – 4,1)

## VI. Rodzaje i kryteria oceny form aktywności uczniów

### Sprawdzian pisemny

Sprawdzian informuje o nabytych przez ucznia wiadomościach i umiejętnościach z materiału objętego sprawdzianem oraz umiejętnościach łączenia prostych faktów i wyciągania wniosków. Powinien być zapowiedziany tydzień wcześniej, a oceniony w ciągu dwóch tygodni. Przygotowanie sprawdzianów pisemnych, ze względu na ich rangę w procesie ewaluacji osiągnięć uczniów, wymaga od nauczyciela stosowania określonych procedur gwarantujących obiektywność oceniania, zapisanych w *Podstawie programowej*...

### Kartkówka

Obejmuje materiał z dwóch ostatnich lekcji, może być niezapowiedziana, powinna być oceniona w ciągu tygodnia; sprawdza stopień zrozumienia i opanowania materiału oraz systematyczność pracy ucznia. Największe znaczenie dla oceny pracy ucznia ma merytoryczna poprawność odpowiedzi.

### Wypowiedź ustna

Stwarza ona możliwość uzyskania informacji zwrotnej, dotyczącej aktualnego stanu wiedzy i umiejętności ucznia w zakresie: prezentowania wyników pracy indywidualnej bądź grupowej, prezentowania wypowiedzi i posługiwania się językiem przedmiotu, stosowania odpowiedniej argumentacji podczas dyskusji.

Przygotowanie do zajęć i udział w nich oceniane są w następujący sposób:

- Stopień *bardzo dobry* – otrzymuje uczeń za odpowiedź wyczerpującą pod względem faktycznym, swobodne operowanie faktami, dostrzeżenie ana-

logii oraz wyciąganie wniosków, a także porównywanie ich i popieranie przykładami (wiedza z poziomów P i PP).

- Stopień *dobry* – otrzymuje uczeń, który samodzielnie przedstawił większość wymaganych treści (z poziomu P i PP) poprawnie pod względem języka przedmiotu, jednak nie wyczerpał zagadnienia. Dopuszczalne są nieliczne drugorzędne błędy.
- Stopień *dostateczny* – otrzymuje uczeń, który zna ważniejsze fakty (posiada wiedzę podstawową) i potrafi je zinterpretować. Odpowiedź odbywa się przy niewielkim ukierunkowaniu ze strony nauczyciela. W wypowiedzi mogą wystąpić nieliczne błędy rzeczowe i językowe.
- Stopień *dopuszczający* – otrzymuje uczeń, który posiada niezbędną wiedzę (zakres wiedzy z poziomu podstawowego) z punktu widzenia realizacji celów przedmiotu i konieczną w toku dalszego kształcenia. Podczas odpowiedzi możliwe są błędy, zarówno w zakresie wiedzy merytorycznej, jak i w sposobie jej prezentowania. Uczeń zna podstawowe fakty i przy pomocy nauczyciela udziela odpowiedzi na postawione pytanie.
- Stopień *niedostateczny* – otrzymuje uczeń, który nie spełnia kryteriów określonych na stopień dopuszczający.

Ta forma kontroli wymaga od nauczyciela precyzyjności w formułowaniu pytań (poleceń), a od ucznia – umiejętności udzielania poprawnych odpowiedzi ustnych. Wskazane jest, aby odpowiedź ucznia była połączona z wykonywaniem innych czynności, np. analizą materiałów źródłowych (rysunków, schematów, wykresów, diagramów, itp.)

### **Rozwiązywanie problemów**

Sposób oceniania zawsze jednak zależy od rodzaju problemu i charakteru zadania, jakie uczniowie mają wykonać. Należy wziąć pod uwagę m.in. to, czy uczeń trafnie definiuje problem, czy posługuje się sprawnie językiem przedmiotu, czy rozwiązanie jest realistyczne, spójne i adekwatne do problemu, a także czy uwzględnia zależności łączące różne elementy danej sytuacji oraz interesy jej uczestników.

Każdorazowo nauczyciel powinien jasno określić swoje wymagania co do formy i treści, a także sposobu wykonania zadania. W kontroli tego typu nauczyciel powinien zasugerować postać rozwiązania problemu (schemat graficzny, rozbudowana praca pisemna czy skrótowy zapis w punktach kolejnych kroków postępowania). Nauczyciel powinien podać również kryteria oceniania, które będą pomocne w pracy nad rozwiązywaniem problemów, a także sprawią, że praca uczniów będzie znacznie łatwiejsza. Kryteria oceny należy każdorazowo dostosowywać do konkretnego zadania oraz oczekiwań nauczyciela.

Ocenie podlegają trzy etapy pracy nad rozwiązywaniem problemu:

- *diagnoza problemu* (charakter; podmioty zaangażowane w daną sytuację, ich potrzeby, interesy, przewidywane reakcje – zwłaszcza reakcje osób

- będących w szoku; warunki zewnętrzne określające sytuację; specyficzne okoliczności i ograniczenia oraz możliwości rozwiązania problemu);
- *poszukiwanie rozwiązania problemu* (strategia – zwłaszcza poszukiwanie analogii, dobór kolejnych kroków postępowania; analiza różnych wariantów rozwiązania; wybór optymalnego rozwiązania na podstawie przyjętych założeń; opis rozwiązania problemu);
  - *uzasadnienie wyboru przyjętego rozwiązania* (dlaczego takie, a nie inne rozwiązanie zostało przyjęte, jakie czynniki zadecydowały o wyborze rozwiązania, przewidywania dotyczące trudności i zagrożeń życia lub zdrowia, mogących się pojawić w trakcie realizacji zadań, umiejętność przewidywania i zapobiegania zagrożeniom).

Przykładowe kryteria oceny rozwiązania problemu:

- właściwe rozpoznanie i zdefiniowanie sytuacji, w której konieczne jest podjęcie decyzji,
- przeanalizowanie towarzyszących problemowi relacji, zależności i zagrożeń w oparciu o podstawową wiedzę dotyczącą rozważanej sytuacji,
- określenie celów, które chcemy uwzględnić przy rozwiązaniu problemu,
- zaproponowanie różnych wariantów rozwiązania problemu,
- rozpatrzenie wad i zalet (korzyści i strat) wynikających z wyboru poszczególnych wariantów rozwiązania,
- ocena wariantów i wybór najlepszego z punktu widzenia założonych na wstępie celów i wartości.

### **Obserwacja pracy uczniów**

Ta metoda kontroli dostarcza nauczycielowi informacji o ogólnych predyspozycjach ucznia, jego zdolnościach manualnych posługiwania się sprzętem i środkami dydaktycznymi, umiejętności organizowania własnego warsztatu pracy, umiejętności współpracy w grupie, umiejętności koncentracji, sposobów wypowiedzania się, aktywności na lekcjach itp.

### **Odgrywanie ról, gry symulacyjne**

Stosując metody ogrywania ról i gier sytuacyjnych, należy poinformować uczniów o kryteriach oceny przydzielonych zadań.

Ocenianiu powinno podlegać: merytoryczne przygotowanie się do danej roli, zapoznanie się z informacjami dotyczącymi np. sytuacji czy rodzaju urazu lub zagrożenia, umiejętność wykorzystania zdobytej wiedzy i reagowania na zmianę sytuacji (np. w sytuacji, gdy udzielana pomoc jest niewłaściwa), przekonujące wejście w rolę odgrywanej postaci (używanie argumentów i zachowań typowych dla danej sytuacji), poziom zaangażowania ucznia i jego efektywność (współpraca z innymi uczestnikami socjodramy lub gry symulacyjnej), uważne śledzenie przebiegu gry i trafne wykorzystywanie możliwości, które daje odgrywana rola.

### **Metoda projektu** (patrz s. 187)

Należy ustalić maksymalną ilość punktów, możliwą do uzyskania przez ucznia pracującego metodą projektu. W ocenie należy uwzględnić samoocenę uczniów. Uczniowie powinni odpowiedzieć na następujące pytania:

- Czy zadania przyjęte przez poszczególnych członków grupy realizowane były w terminie?
- Które z zadań sprawiało najwięcej trudności (problemów), jakiego rodzaju? Co zrobiono, aby je pokonać?
- Czy wszyscy byli włączeni do pracy grupy i czy, wykonując powierzone im zadania, pracowali solidnie?
- Co należałoby w tej pracy usprawnić?

### **Aktywność pozalekcyjna, dodatkowa**

Nauczyciel powinien każdorazowo jasno określić swoje wymagania w zakresie formy i treści oraz sposobu wykonania zadania. W związku z tym powinien zasugerować postać rozwiązania problemu, np.:

- udział w konkursach przedmiotowych,
- wykonanie dodatkowych prac w czasie pozaszkolnym,
- dobrowolne działania na rzecz innych,
- zdobywanie wiadomości wykraczających poza program nauczania.

### **Wykorzystywanie informacji z różnych źródeł**

Oceniając wykonanie zadania, należy wziąć pod uwagę następujące kryteria:

- poszukiwanie, porządkowanie i wybór istotnych źródeł informacji;
- analiza, porównywanie, uogólnianie, ocena zgromadzonego materiału;
- korzystanie z mediów;
- umiejętność oceny przydatności zgromadzonych materiałów.

### **Sprawdzanie umiejętności praktycznych**

Oceniając umiejętności praktyczne, np. udzielania pierwszej pomocy, można skorzystać z zamieszczonych kart (patrz s. 188–191). W ocenianiu czynności ratowniczych należy zwrócić uwagę na to, czy ratownik przed zbliżeniem do miejsca wypadku upewnił się, że jest bezpieczny, a w przypadku stwierdzenia zagrożenia – czy usunął źródło zagrożenia. Istotne jest również zdjęcie rękawiczek w taki sposób, aby znajdujące się na nich zanieczyszczenia nie mogły zostać przeniesione na ludzi i sprzęt. Przy zachowanych czynnościach życiowych poszkodowanego, ratownik powinien zebrać podstawowe informacje w celu określenia jego stanu. Źródłem informacji mogą być: rozmowa z poszkodowanym i innymi uczestnikami wypadku, praca trzech zmysłów (wzrok, słuch, dotyk), znalezione przy poszkodowanym leki lub przedmioty (np. wisiołek, bransoleta), świadczące o chorobach poszkodowanego lub przyczynie urazu.

Ważne jest również, aby zmiana pozycji poszkodowanego nastąpiła po uzyskaniu informacji o jego stanie.

Oto przykładowe pozycje:

- zastana – w podejrzeniu urazów wielonarządowych, urazu kręgosłupa,
- półsiedząca – w trudnościach z oddychaniem lub podejrzeniem zawału serca,
- czterokończynowa – w omdleniach,
- z podkurczonymi nogami i lekko podniesionym tułowiem – w przypadku obrażeń w obrębie jamy brzusznej,
- boczna ustalona lub boczna zmodyfikowana – w przypadku utraty przytomności,
- autoprzetoczeniowa – w podejrzeniu wstrząsu pokrwotocznego.

W trakcie udzielania pomocy należy obserwować, czy ratownik modyfikował postępowanie ratownicze po zaobserwowaniu zmian u poszkodowanego (np. czy po wystąpieniu duszności ułożył poszkodowanego w pozycji półsiedzącej, czy po odzyskaniu przez niego świadomości próbował dokonać z nim wywiadu, czy po zasygnalizowaniu przez poszkodowanego bólu – próbował zmniejszyć ucisk opatrunku itp.).

### **Ewaluacja systemu oceniania**

Warto pamiętać o tym, aby przedmiotowy system oceniania podlegał ustawicznemu monitoringowi, zarówno ze strony nauczycieli, jak i uczniów. Pod koniec semestru (roku szkolnego) należy przeprowadzić dyskusję z uczniami na temat wdrażanego projektu oceniania. Wyniki analizy przyczynić się mogą do wprowadzenia ewentualnych zmian i uzupełnień.

## ARKUSZ OCENY PROJEKTU

**Grupa:**

.....

**Temat projektu:**

.....

**Termin prezentacji:**

.....

<b>Etap realizacji projektu</b>	<b>Umiejętności</b>	<b>Ocena (liczba punktów)</b>
Formułowanie tematu	<ul style="list-style-type: none"><li>• Precyzyjne sformułowanie tematu</li><li>• Jasne określenie celów projektu</li><li>• Innowacyjność projektu</li><li>• Pomysł rozwiązania problemu określonego w temacie</li></ul>	
Zbieranie i opracowywanie materiałów	<ul style="list-style-type: none"><li>• Dobór źródeł informacji</li><li>• Selekcja informacji</li><li>• Przetwarzanie informacji – nadawanie im nowej formy</li><li>• Przestrzeganie harmonogramu</li></ul>	
Prezentacja	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stopień realizacji zamierzonych celów</li><li>• Wykorzystanie czasu prezentacji – plan prezentacji</li><li>• Zainteresowanie innych uczniów</li><li>• Właściwa terminologia</li><li>• Wizualizacja (wsparcie graficzne)</li></ul>	
Praca w grupie	<ul style="list-style-type: none"><li>• Udzielanie sobie informacji</li><li>• Podejmowanie decyzji</li><li>• Wysłuchiwanie się nawzajem</li><li>• Rozwiązywanie konfliktów</li><li>• Zaangażowanie innych w pracę</li><li>• Samoocena postępów w pracy</li></ul>	

Projekt może być oceniony również przez wybrany zespół ekspertów (jury) lub całą klasę.

## KARTA OCENY

### Udzielanie pierwszej pomocy poszkodowanemu nieprzytomnemu

#### Bezpieczeństwo:

Samochrona ratownika				
Rozpoznanie i ochrona miejsca wypadku				
Bezpieczeństwo poszkodowanego				
Zabezpieczenia miejsca zdarzenia				

#### Ocena stanu poszkodowanego:

Potrząśnięcie za ramię i głośne pytanie				
Sprawdzenie uszu, oczu, nosa				
Sprawdzenie szyjnego odcinka kręgosłupa	2-0	2-0	2-0	2-0
Sprawdzenie zawartości jamy ustnej	2-0	2-0	2-0	2-0
Udrożnienie dróg oddechowych	2-0	2-0	2-0	2-0
Ponowne sprawdzenie zawartości jamy ustnej				
Ocena oddechu (10 sekund)				
Badanie kompleksowe (systemowe)				
Wykrycie wszystkich urazów				

#### Czynności ratujące życie:

Prawidłowe ułożenie rąk poszkodowanego				
Zgięcie nogi				
Przewrót (bezpieczny)				
Ułożenie rąk i głowy				
Utrzymanie drożności dróg oddechowych	2-0	2-0	2-0	2-0
Okresowa kontrola czynności życiowych	2-0	2-0	2-0	2-0

#### MELDUNEK:

• wybranie numeru 999 lub 112	+/-	+/-	+/-	+/-
• podanie adresu miejsca wypadku	+/-	+/-	+/-	+/-
• określenie rodzaju wypadku (opis zdarzeń)	+/-	+/-	+/-	+/-
• opis stanu poszkodowanych	+/-	+/-	+/-	+/-
• przedstawienie się	+/-	+/-	+/-	+/-
• nieodkładanie słuchawki jako pierwszy	+/-	+/-	+/-	+/-

#### Inne czynności:

Komfort termiczny				
Niepozostawienie poszkodowanego samego				
<b>SUMA UZYSKANYCH PUNKTÓW</b>				

#### Punktacja:

1 pkt. – czynności wykonano prawidłowo

0 pkt. – czynności wykonano błędnie lub je pominięto

**TABELA OCENIANIA URAZÓW**  
**poszkodowany przytomny**

Nazwa czynności	Lp.	Uczeń 1	Uczeń 2	Uczeń 3	Uczeń 4
Bezpieczeństwo miejsca wypadku	1.				
Bezpieczne założenie i zdjęcie rękawiczek	2.				
Rozpoznanie istniejących zagrożeń	3.				
Bezpieczeństwo poszkodowanego	4.	2/0	2/0	2/0	2/0
Ocena przytomności lub stopnia świadomości poszkodowanego	5.				
Kontrola jamy ustnej (lub zapytanie)	6.				
Drożność dróg oddechowych (A)	7.				
Ocena oddechu (B) (szybkość, głębokość)	8.				
Ocena tętna (C) (napięcie, miarowość)	9.				
Badanie szczegółowe	10.				
Rozpoznanie urazów (wszystkich)	11.	2/0	2/0	2/0	2/0
Zastosowana pozycja	12.				
Wsparcie psychiczne	13.				
Uprzedzanie o wykonywanych czynnościach	14.				
Zabezpieczenie przed wychłodzeniem	15.				
Kontrola czynności życiowych	16.	2/0	2/0	2/0	2/0
Opatrywanie zranień (dokładność)	17.				
*	18.				
*	19.				
*	20.				
<b>MELDUNEK</b>	21.				
<b>SUMA UZYSKANYCH PUNKTÓW</b>					

**Punktacja:**

1 pkt. – czynności wykonano prawidłowo

0 pkt. – czynności wykonano nieprawidłowo

\* W wolne miejsca (w punktach 18–20) należy wpisać zakres wymaganej pomocy specjalistycznej w zależności od urazu, np. w przypadku oparzenia: schłodzenie, zdjęcie ozdób, nałożenie opatrunku osłonowego.

**KARTA OCENY**  
**Wykonywanie resuscytacji krążeniowo-oddechowej**  
**dzieci, niemowląt oraz dorosłych duszących się**

**Bezpieczeństwo:**

Samochrona ratownika				
Rozpoznanie i ochrona miejsca wypadku				
Bezpieczeństwo uszkodzonego				
Zabezpieczenia miejsca zdarzenia				

**Ocena stanu uszkodzonego:**

Potrząśnięcie za ramię i głośne pytanie				
Sprawdzenie uszu, oczu, nosa				
Sprawdzenie zawartości jamy ustnej	2/0	2/0	2/0	2/0
Udrożnienie dróg oddechowych				
Ocena oddechu (ok. 10 sekund.)				

**Skuteczne oddychanie:**

Metoda usta-usta (chusteczka lub maseczka)				
Pięć płynnych wdmuchnięć powietrza				
Przerwa między wdmuchnięciami				
Jedną dłoń przytrzymuje głowę w odchyleniu				
Utrzymanie szczelności podczas wdmuchnięć				

**Zewnętrzny ucisk mostka:**

Stała pozycja kolan na wysokości barków uszkodzonego				
Ułożenie dłoni (opuszków palców) na mostku	5/0	5/0	5/0	5/0
Barki ratownika pionowo nad mostkiem				
Ręce proste w stawach łokciowych				
Ratownik nie odrywa dłoni od mostka w trakcie ucisków				
Uciski ciężarem ciała				
Czas ucisku – równy czasowi relaksacji				
Ucisk na głębokość 2,5–3,5 cm (1,5–2,5 cm u niemowląt)				
30 uciśnień w każdym cyklu				

**Inne czynności:**

Wykonanie 30 ucisków i 2 wdechów w tempie 5 cykli w 2 minuty				
Wezwanie pomocy po wykonaniu 3 cykli				
<b>MELDUNEK</b>				
<b>SUMA UZYSKANYCH PUNKTÓW</b>				

**Punktacja:**

1 pkt. – czynności wykonano prawidłowo

0 pkt. – czynności wykonano błędnie lub je pominięto

# Załączniki

---

## I. Proponowany przydział godzin na realizację poszczególnych tematów

### Moduł obligatoryjny

#### **DZIAŁ I. Zagrożenia czasu pokoju, ich źródła i formy występowania / 3 godz.**

1. Rodzaje współczesnych zagrożeń – 1 godz.
2. Regionalne zagrożenia ekologiczne – 2 godz.

#### **DZIAŁ II. Zagrożenia czasu kryzysu militarnego i wojny / 3 godz.**

1. Formy i rodzaje walki zbrojnej – 1 godz.
2. Podstawowe środki rażenia współczesnych sił zbrojnych – 1 godz.
3. Sposoby ochrony przed środkami walki – 1 godz.

#### **DZIAŁ III. Psychologiczne skutki sytuacji kryzysowych i sposoby ich łagodzenia / 3 godz.**

1. Stres i jego wpływ na zachowanie ludzi – 2 godz.
2. Zjawisko paniki – 1 godz.

#### **DZIAŁ IV. System obronności Rzeczypospolitej Polskiej / 4 godz.**

1. Cel i podstawowe zadania systemu obronności – 1 godz.
2. Podsystemy obronności państwa – 1 godz.
3. Powinności obronne lokalnych władz i instytucji – 1 godz.
4. Świadczenia osobiste i rzeczowe obywateli w czasie pokoju, mobilizacji i wojny – 1 godz.

#### **DZIAŁ V. Rola i zadania Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej w systemie obronności państwa / 2 godz.**

1. Siły Zbrojne RP – 1 godz.
2. Służba wojskowa – 1 godz.

#### **DZIAŁ VI. Organizacja obrony cywilnej i zasady powszechnej samoobrony w przypadku zagrożeń / 15 godz.**

1. Rola, zadania i organizacja obrony cywilnej – 1 godz.
2. Podstawy planowania i organizowania działań – 1 godz.
3. Sposoby alarmowania ludności o zagrożeniach – 1 godz.
4. Indywidualne i zbiorowe środki ochrony przed zagrożeniami – 2 godz.
5. Postępowanie podczas zagrożenia radiacyjnego – 1 godz.

6. Zasady zachowania się w przypadku zagrożeń chemicznych – 1 godz.
7. Ochrona żywności i wody przed skażeniami i zakażeniami – 1 godz.
8. Ochrona płodów rolnych, paszy i zwierząt gospodarskich przed skażeniami i zakażeniami – 1 godz.
9. Zabiegi specjalne i sanitarne – 1 godz.
10. Zapobieganie powstawaniu i rozprzestrzenianiu się pożarów – 1 godz.
11. Walka z pożarami – 1 godz.
12. Ochrona ludności przed skutkami powodzi i zatopieniami – 2 godz.
13. Zagrożenia międzynarodowym terroryzmem – 1 godz.

**DZIAŁ VII. Wybrane problemy Międzynarodowego Prawa Humanitarnego (MPH) / 5 godz.**

1. Ochrona ludności cywilnej podczas wojny i okupacji wojennej – 1 godz.
2. Obowiązki wobec rannych, chorych i rozbitków – 1 godz.
3. Ochrona ofiar konfliktów zbrojnych o charakterze wewnątrzpaństwowym – 2 godz.
4. Ochrona dóbr kultury w razie konfliktu zbrojnego – 1 godz.

**DZIAŁ VIII. Ratownictwo i pierwsza pomoc / 24 godz.**

1. Organizacja pomocy na miejscu wypadku – 1 godz.
2. Rozpoznawanie stanów zagrożenia życia i zdrowia – 2 godz.
3. Nagłe zasłabnięcia i zachorowania wymagające pierwszej pomocy – 2 godz.
4. Zadania i czynności ratowników w zaburzeniach oddychania i zatrzymaniu krążenia – 3 godz.
5. Skaleczenia i rany – 1 godz.
6. Krwotoki i sposoby ich tamowania – 2 godz.
7. Złamania kości i uszkodzenia stawów – 1 godz.
8. Urazy głowy i kręgosłupa – 1 godz.
9. Oparzenia termiczne – 2 godz.
10. Oparzenia chemiczne – 1 godz.
11. Zatrucia środkami chemicznymi, jadami roślinnymi i środkami spożywczymi – 1 godz.
12. Ukąszenia, pogryzienia i użądlenia – 1 godz.
13. Ciała obce w organizmie – 1 godz.
14. Cele i zasady bandażowania – 2 godz.
15. Sposoby ewakuacji poszkodowanych – 1 godz.
16. Pomoc porażonym substancjami promieniotwórczymi i trującymi w wyniku awarii przemysłowych i katastrof komunikacyjnych – 1 godz.
17. Rola jednostki w kształtowaniu własnego i społecznego bezpieczeństwa – 1 godz.

**DZIAŁ IX. Terenoznawstwo / 5 godz.**

1. Zasady orientowania się w terenie – 1 godz.
2. Posługiwanie się mapą – 1 godz.
3. Marsz według azymutu – 2 godz.
4. Sporządzanie szkicu – 1 godz.

## **Moduł działań fakultatywnych**

**(działy do wyboru: A albo B, albo C) / 5 godz.**

### **A. Strzelectwo sportowe**

1. Broń sportowa
2. Zjawisko strzału, tor pocisku i jego elementy
3. Składanie się do strzału, celowanie i oddanie strzału
4. Zachowanie się na strzelnicy

### **B. Przygotowanie do egzaminu na certyfikat „Ratownika PCK” według standardów UE**

1. Ratowanie poszkodowanych w różnych sytuacjach zagrożenia życia
2. Pierwsza pomoc w wypadkach komunikacyjnych
3. Zintegrowany system ratownictwa

### **C. Terenoznawstwo**

1. Bieg na orientację

\*

W ciągu całego roku nauczyciel ma:

do własnej dyspozycji – **2 godz.**,

na tematy obligatoryjne – **65 godz.**,

na tematy z działów fakultatywnych ( do wyboru) – **5 godz.**

Razem: **72 godz.**

## **II. Wykaz podstawowych pomocy i środków dydaktycznych niezbędnych do realizacji treści programowych**

1. Bandaże elastyczne
2. Bandaże dziane (różnych szerokości)
3. Opatrunki jałowe
4. Gaziki
5. Plastry
6. Chusty trójkątne
7. Przylepce
8. Wata i lignina
9. Nożyczki
10. Pęseta
11. Agrafki
12. Opatrunek osobisty
13. Rękawiczki, maseczki do sztucznego oddychania
14. Torba sanitarna z wyposażeniem
15. Modele ran (profesjonalne – practoplast, lub modele wykonane przez uczniów)

16. Fantomy do sztucznego oddychania (w miarę możliwości trzy rodzaje: postać dorosła, dziecko i niemowlę)
17. Aparat do pomiaru ciśnienia krwi
18. Plan miasta
19. Mapy topograficzne najbliższych okolic
20. Przenośnik topograficzny
21. Krzywomierz
22. Kompas
23. Busola
24. Luneta
25. Lornetka polowa
26. Stoper
27. Maska przeciwgazowa – typ wojskowy
28. Maska przeciwgazowa – typ cywilny
29. Maska przeciwgazowa z komorą foniczną
30. Maski przeciwpyłowa (respirator) lub inne dostępne rodzaje masek
31. Odzież ochronna
32. Rękawice ochronne
33. Indywidualny pakiet przeciwchemiczny (IPP)
34. Indywidualny pakiet radiologiczny (IPR)
35. Muszka pokazowa uniwersalna
36. Diafragma uniwersalna
37. Wskaźnik jednolitości celowania
38. Sprawdzian jednolitości celowania
39. Szkło kontrolne uniwersalne
40. Stojak do nauki celowania
41. Klucz do rozbierania kbks
42. Wycior do lufy
43. Naboje ćwiczebne do nauki ładowania
44. Amunicja
45. Karabinek sportowy 5,6 mm
46. Karabinek pneumatyczny

### **Środki audiowizualne**

Plansze

Przekroje

Modele

Foliogramy

Internet

Środki dydaktyczne zalecane przez MENiS do użytku szkolnego, zamieszczone na stronie: <http://www.ptm.edu.pl/>, np. *Encyklopedia zdrowia* (program multimedialny na płycie – nr 0778/1999), *Encyklopedia człowieka* (nr 0358/1997), filmy, wideo, foliogramy itp.

Programy komputerowe

Filmy wideo:

- *AIDS – choroba, której można uniknąć*

- *Alkohol przeszkadza w pracy*
- *Co w symbolu?*
- *Historia pewnej idei*
- *Historia Czerwonego Krzyża*
- *Krew = życie*
- *Kształtowanie postawy ciała w okresie dojrzewania*
- *Lekcja obronności*
- *Po co pierwsza pomoc*
- *Pomóż swojemu sercu*
- *Pierwsza pomoc przedmedyczna*
- *Przysposobienie obronne*
- *Przywrócenie do życia*
- *Recepta na życie – życie masz tylko jedno*
- *Uwaga! Gruźlica*
- *Uwaga! Metanol*
- *Wpływ ruchu na zdrowie*
- *Wypadek drogowy i TY*
- *Z czym do NATO? Z jaką obroną cywilną?*

1. Filmy z akcji ratunkowych prowadzonych w najbliższym regionie
2. Literatura fachowa, opracowania dotyczące zagrożeń regionalnych (ciekawe materiały można znaleźć w Wojewódzkim Inspektoracie Ochrony Środowiska (WIOŚ)).