

Rozkład materiału wraz z planem wyników

Uwaga. Jeden temat odpowiada jednej godzinie lekcyjnej. Wyjątkiem jest temat *Nagle zatrzymanie krążenia. Resuscytacja. Zadławienia*, na który trzeba przeznaczyć co najmniej trzy godziny lekcyjne.

Nr lekcji	Temat	Zagadnienia / materiał nauczania	Oczekiwane wiadomości i umiejętności Uczeń:	Kategoria celów	Poziom wymagań
ROZDZIAŁ 1. OSTRZEGANIE O ZAGROŻENIACH I ALARMOWANIE					
1	System wykrywania skażeń i alarmowania	<ul style="list-style-type: none"> działanie systemu wykrywania skażeń i alarmowania sygnały alarmowe, środki alarmowe tabela alarmów i sygnałów alarmowych 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, czemu służy system wykrywania skażeń i alarmowania wyjaśnia, na czym polegają działania systemu wykrywania skażeń i alarmowania rozpoznaje rodzaje alarmów i sygnałów alarmowych wyjaśnia, jak należy się zachować po usłyszeniu alarmu 	B, E B, E C A	PP PP P P
2	Zasady zachowania się po ogłoszeniu alarmu	<ul style="list-style-type: none"> zasady postępowania po ogłoszeniu alarmu (także po ogłoszeniu alarmu w szkole) - sygnał, procedura, działanie rejon zbiorczy, działania w sytuacjach nieprzewidzianych praktyczne sposoby ogłaszania alarmu; odpowiedzialność karna i moralna za nieuzasadnione działania ewakuacja szkoły zgodnie z odpowiednią procedurą, z udziałem obserwatorów (strażaków z Państwowej Straży Pożarnej) sposoby przeciwdziałania panice 	<ul style="list-style-type: none"> omawia zasady zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu zachowuje się właściwie (zgodnie z instrukcją) po ogłoszeniu alarmu w szkole omawia sposoby przeciwdziałania panice 	A B C, E	P P PP
ROZDZIAŁ 2. POWSZECHNA SAMOOBRONA I OBRONA CYWILNA					
3	Zadania obrony cywilnej i ochrony ludności	<ul style="list-style-type: none"> podstawowe dokumenty ONZ regulujące funkcjonowanie obrony cywilnej na świecie podstawy prawne funkcjonowania ochrony ludności i obrony cywilnej w Rzeczypospolitej Polskiej zagrożenia dla jednostek i grup społecznych historyczne doświadczenia dotyczące zbiorowej ochrony ludności cele i zadania obrony cywilnej obrona cywilna w Polsce 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia podstawowe dokumenty ONZ regulujące działanie obrony cywilnej na świecie wymienia podstawy prawne działania ochrony ludności i obrony cywilnej w Rzeczypospolitej Polskiej charakteryzuje najczęstsze sytuacje stanowiące zagrożenie dla jednostki wymienia zagrożenia dla grup społecznych uzasadnia konieczność istnienia zorganizowanej ochrony ludności podaje nazwę centralnego organu państwa odpowiedzialnego za obronę cywilną; wymienia terenowe organy obrony cywilnej omawia cele i zadania obrony cywilnej identyfikuje znak rozpoznawczy OC 	A A B A D C B C	PP PP P P PP PP PP P
4	Sytuacje kryzysowe	<ul style="list-style-type: none"> zdefiniowanie sytuacji kryzysowej rodzaje kryzysów i wynikające z nich zagrożenia dla pojedynczych osób i zbiorowości (tabela lub schemat) katastrofy naturalne sytuacje kryzysowe wywołane przez człowieka zarządzanie kryzysowe 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia znaczenie terminu „sytuacja kryzysowa” wymienia i omawia najczęstsze zagrożenia zdrowia i życia na skutek powodzi, pożaru, huraganu i innych sytuacji kryzysowych zagrażających lokalnej społeczności wymienia instytucje zajmujące się zarządzaniem kryzysowym 	B B A	P P PP
ROZDZIAŁ 3. ZAGROŻENIA BEZPIECZEŃSTWA I DZIAŁANIA RATOWNICZE					
5	Zagrożenia powodziowe	<ul style="list-style-type: none"> przyczyny powodzi zadania organów państwa w zakresie ochrony przeciwpowodziowej 	<ul style="list-style-type: none"> omawia przyczyny powodzi wymienia zadania organów państwa w zakresie ochrony przeciwpowodziowej 	A A	P PP

Nr lekcji	Temat	Zagadnienia / materiał nauczania	Oczekiwane wiadomości i umiejętności Uczeń:	Kategoria celów	Poziom wymagań
		<ul style="list-style-type: none"> • monitorowanie stanu wód oraz urządzeń hydrotechnicznych • postępowanie ludności podczas podnoszenia się stanu wody (zabezpieczenie ludzi, mienia i inwentarza) • ewakuacja planowana i doraźna - zasady postępowania • bezpieczeństwo podczas powodzi • ochrona wody i żywności 	<ul style="list-style-type: none"> • uzasadnia potrzebę obserwacji stanu wód oraz urządzeń hydrotechnicznych • wyjaśnia, jak należy się zachowywać w czasie powodzi i czego w czasie powodzi robić nie wolno • wymienia i uzasadnia niezbędne działania przygotowujące do ewakuacji z terenów zagrożonych powodzią 	B C C	PP P P
6	Zagrożenia pożarowe	<ul style="list-style-type: none"> • najczęstsze przyczyny pożarów • charakterystyka zagrożeń pożarowych w wybranych miejscach (dom, szkoła, sklep, świątynia, kino) • środki gaśnicze • podręczny sprzęt gaśniczy, jego przeznaczenie i typowe rozmieszczenie w obiektach publicznych (w tym w szkole) • posługiwanie się podręcznym sprzętem gaśniczym • znaki ochrony przeciwpożarowej • algorytmy postępowania ratowniczego w wypadku pożaru oraz zasady ewakuacji • gaszenie zarzewia ognia i odzieży płonącej na człowieku 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia najczęstsze przyczyny pożarów • charakteryzuje zagrożenia pożarowe w domu, szkole i najbliższej okolicy • wymienia podstawowe środki gaśnicze • omawia przeznaczenie podręcznego sprzętu gaśniczego i wskazuje jego typowe rozmieszczenie w obiektach publicznych (także w szkole) • identyfikuje znaki ochrony przeciwpożarowej • wyjaśnia, jak należy się zachować w przypadku dostrzeżenia pożaru • wyjaśnia, jak należy gasić zarzewie ognia • wyjaśnia, jak należy gasić odzież palącą się na człowieku 	A B A B B B B	P PP P P P P P
7	Wypadki katastrofy	<ul style="list-style-type: none"> • przyczyny tragicznych zdarzeń kryzysowych (katastrofy: komunikacyjne, budowlane, przemysłowe) • algorytm postępowania w sytuacji wystąpienia katastrofalnych zagrożeń 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia znaczenie terminów „wypadek” i „katastrofa” • omawia przyczyny wypadków oraz katastrof komunikacyjnych i technicznych • omawia zasady zachowania się podczas wypadków i katastrof (komunikacyjnych, innych) 	A B C	PP P PP
8	Ewakuacja ludności zwierząt z terenów zagrożonych	<ul style="list-style-type: none"> • środki ochrony zbiorowej ludności • zasady przeprowadzania ewakuacji z rejonów zagrożonych lub objętych zdarzeniem kryzysowym • samoewakuacja (ewakuacja spontaniczna) • zasady zaopatrzenia ludności w wodę i żywność podczas ewakuacji oraz w rejonach dotkniętych kryzysem • sposoby zabezpieczenia i magazynowania żywności i wody • ochrona dóbr materialnych w rejonach zagrożonych lub objętych zdarzeniem kryzysowym 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia znaczenie terminu „ewakuacja” • omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych • wyjaśnia zasady zaopatrzenia ludności ewakuowanej w wodę i żywność • wymienia główne przesłanki do podjęcia ewakuacji spontanicznej • charakteryzuje najistotniejsze zasady opuszczania miejsc zagrożonych • kompletuje sprzęt i wyposażenie przydatne podczas ewakuacji; uzasadnia swój wybór 	A B B B A C	P P PP P P PP
ROZDZIAŁ 4. PIERWSZA POMOC I RESUSCYTACJA					
9	Układ oddechowy i układ krążenia człowieka	<ul style="list-style-type: none"> • budowa układu oddechowego człowieka • budowa układu krążenia człowieka • znaczenie prawidłowego funkcjonowania układu oddechowego i układu krążenia dla życia człowieka 	<ul style="list-style-type: none"> • omawia budowę i zasady funkcjonowania układu oddechowego człowieka • omawia budowę i zasady funkcjonowania układu krążenia człowieka • wyjaśnia zasady oceny układu oddechowego i krążenia (ABC) 	B B A	PP PP P
10	Łańcuch przeżycia. System ratownictwa w Polsce.	<ul style="list-style-type: none"> • koncepcja łańcucha przeżycia • organizacja i działanie systemu ratownictwa w Polsce • wzywanie pomocy; numery alarmowe • bezpieczeństwo ratownika 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia kolejne ogniwa łańcucha przeżycia; omawia ich znaczenie • wyjaśnia, jak działa w Polsce system ratowniczy 	B B	P PP

Nr lekcji	Temat	Zagadnienia / materiał nauczania	Oczekiwane wiadomości i umiejętności Uczeń:	Kategoria celów	Poziom wymagań
	Bezpieczeństwo osoby ratującej i ratowanego	<ul style="list-style-type: none"> • zasady postępowania aseptycznego 	<ul style="list-style-type: none"> • wymienia numery alarmowe i omawia właściwy sposób wzywania pomocy • omawia zasady postępowania aseptycznego i bezpiecznego dla ratownika 	A B	P P
11-13	Nagle zatrzymanie krążenia. Resuscytacja. Zadławienia	<ul style="list-style-type: none"> • resuscytacja krążeniowo-oddechowa • rozpoznawanie stanu osoby poszkodowanej • pozycja bezpieczna • technika prowadzenia resuscytacji krążeniowo-oddechowej według wytycznych Europejskiej Rady Resuscytacji • AED - defibrylator automatyczny; okoliczności użycia defibrylatora 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, na czym polega resuscytacja krążeniowo-oddechowa • rozpoznaje stan osoby poszkodowanej; prawidłowo bada jej oddech (na manekinie) • wymienia zagrożenia dla osoby nieprzytomnej • układa poszkodowanego w pozycji bezpiecznej • wykonuje samodzielnie resuscytację krążeniowo-oddechową u dorosłych i dzieci (na manekinach) • wyjaśnia, na czym polega pomoc ratownicza w zadławieniu • wyjaśnia, do czego służy automatyczny defibrylator zewnętrzny, na czym polega jego działanie i gdzie powinien się znajdować 	B C B C, E C, E B D, F	P P PP P P PP
14	Pierwsza pomoc. Apteczka pierwszej pomocy. Krwawienia. Krwotok z nosa	<ul style="list-style-type: none"> • znaczenie czasu w pierwszej pomocy • apteczka pierwszej pomocy • najczęstsze przyczyny zranień i krwotoków (krwawień) • rodzaje krwawień; udzielanie pierwszej pomocy w przypadku krwawień odpowiednio do ich rodzaju • wstrząs krwotoczny • najprostsze opatrunki tamujące krwawienia • krwotok z nosa 	<ul style="list-style-type: none"> • omawia znaczenie czasu w udzielaniu pierwszej pomocy • wymienia zawartość apteczki pierwszej pomocy; posługuje się apteczką pierwszej pomocy • wymienia rodzaje krwawień • udziela pomocy przy krwawieniu odpowiednio do rodzaju krwawienia • udziela pomocy w przypadku krwawienia z nosa • wyjaśnia, dlaczego krwotok i wstrząs krwotoczny zagrażają życiu 	B A A C, E C, E D, F	P P PP P P PP
15	Urazy kończyn	<ul style="list-style-type: none"> • główne przyczyny złamań, zwichnięć i skręceń • najprostsze sposoby udzielania pomocy w urazach kończyn • unieruchamianie kończyn • chusta trójkątna 	<ul style="list-style-type: none"> • udziela pomocy przy urazach kończyn • demonstruje sposoby użycia chusty trójkątnej 	C, E C	P PP
16	Zasłabnięcie. Ból w klatce piersiowej	<ul style="list-style-type: none"> • zasłabnięcie - przyczyny, postępowanie • ból w klatce piersiowej jako objaw stanu zagrożenia życia • udzielanie pomocy przy zasłabnięciach i w przypadkach bólu w klatce piersiowej 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, czym jest zasłabnięcie, i omawia zasady postępowania w przypadku zasłabnięcia • wyjaśnia znaczenie bólu w klatce piersiowej jako objawu stanu zagrożenia życia • wyjaśnia zasady postępowania z poszkodowanym skarżącym się na ból w klatce piersiowej 	B, E B, E B, F	P PP P
17	Wychłodzenie i odmrożenie	<ul style="list-style-type: none"> • wychłodzenie • sposoby udzielania pomocy osobom wychłodzonym • odmrożenia • udzielanie pomocy przy odmrożeniach • temperatura odczuwalna • zagrożenia wynikające z intensywnych opadów śniegu, porywistych wiatrów i bardzo niskich temperatur; prawidłowe zachowanie w takich sytuacjach 	<ul style="list-style-type: none"> • omawia skutki działania niskiej temperatury na organizm ludzki • wymienia części ciała najłatwiej ulegające odmrożeniom • wyjaśnia, na czym polega pierwsza pomoc: - w wychłodzeniu - w odmrożeniu • wyjaśnia, od czego zależy temperatura odczuwalna 	B, F A B B	PP P P PP

Nr lekcji	Temat	Zagadnienia / materiał nauczania	Oczekiwane wiadomości i umiejętności Uczeń:	Kategoria celów	Poziom wymagań
			<ul style="list-style-type: none"> omawia zagrożenia wynikające z intensywnych opadów śniegu, porywistych wiatrów i bardzo niskich temperatur oraz prawidłowe zachowanie w takich sytuacjach 	B	PP
18	Oparzenia termiczne chemiczne	<ul style="list-style-type: none"> oparzenia termiczne i chemiczne - okoliczności, objawy, postępowanie, pierwsza pomoc udar słoneczny i udar cieplny, objawy, postępowanie, pierwsza pomoc postępowanie w czasie upałów 	<ul style="list-style-type: none"> omawia skutki działania wysokiej temperatury na organizm ludzki udziela pomocy osobie poszkodowanej na skutek oparzenia termicznego udziela pomocy osobie poszkodowanej na skutek oparzenia chemicznego: <ul style="list-style-type: none"> skóry przełyku i przewodu pokarmowego oczu wyjaśnia znaczenie terminów „udar słoneczny” i „udar cieplny” wyjaśnia, jak można pomóc osobie, która ucierpiała wskutek udaru omawia prawidłowe postępowanie w czasie upałów 	B C C A B B	PP P P PP P P
19	Porażenie prądem elektrycznym. Pioruny	<ul style="list-style-type: none"> udzielanie pomocy osobie porażonej prądem elektrycznym główny wyłącznik zasilania, bezpieczniki pioruny jak należy się zachowywać w czasie burzy, czego należy unikać 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, jakie skutki wywołują porażenia prądem elektrycznym i od czego zależy stopień obrażeń wyjaśnia, jak udzielić pomocy osobie porażonej prądem elektrycznym wyjaśnia, jak należy się zachowywać i czego należy unikać w czasie burzy 	B B B, F	PP P P
20	Pomoc tonącym. Zagrożenie załamaniem lodu	<ul style="list-style-type: none"> przyczyny utonięć zasady udzielania pomocy tonącym załamanie lodu 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia najczęstsze przyczyny utonięć wyjaśnia, jak należy postępować, by bezpiecznie udzielić pomocy osobom tonącym wyjaśnia, jak należy postępować, by bezpiecznie udzielić pomocy osobom tonącym na skutek załamania lodu 	A B B	P P PP
21	Zatrucia	<ul style="list-style-type: none"> typowe objawy i najczęstsze okoliczności zatruc pierwsza pomoc w przypadkach zatruc 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia, na czym polega pierwsza pomoc przy zatruciach: <ul style="list-style-type: none"> pokarmowych lekami gazami środkami chemicznymi 	A B B B B	P P P P P
22	Wypadek drogowy	<ul style="list-style-type: none"> najczęstsze przyczyny wypadków komunikacyjnych moralne i prawne obowiązki w zakresie niesienia pomocy ofiarom wypadków postępowanie ratownicze na miejscu wypadku drogowego 	<ul style="list-style-type: none"> wymienia najczęstsze przyczyny wypadków drogowych uzasadnia znaczenie udzielania pierwszej pomocy poszkodowanym w wypadkach drogowych omawia zasady zachowania się podczas udzielania pomocy poszkodowanym w wypadkach drogowych 	A B, F B, F	P PP P
ROZDZIAŁ 5. OCHRONA PRZED SKAŻENIAMI					
23	Wpływ substancji promieniotwórczych na ludzi, zwierzęta, żywność i wodę	<ul style="list-style-type: none"> zjawisko promieniotwórczości i jego praktyczne wykorzystanie zagrożenie nadmiernym promieniowaniem reakcje organizmów żywych na napromieniowanie (choroba popromienna) ochrona zwierząt domowych i gospodarskich przed skażeniem 	<ul style="list-style-type: none"> wyjaśnia znaczenie terminu „promieniotwórczość” omawia wpływ substancji promieniotwórczych na ludzi, zwierzęta, żywność i wodę podaje wysokość dawki promieniowania, która wywołuje typowe objawy choroby popromiennej 	A B C	P P PP

Nr lekcji	Temat	Zagadnienia / materiał nauczania	Oczekiwane wiadomości i umiejętności Uczeń:	Kategoria celów	Poziom wymagań
		<ul style="list-style-type: none"> • zabiegi sanitarne i zabiegi specjalne • służby monitorujące poziom radiacji 	<ul style="list-style-type: none"> • podaje przykłady wykorzystania promieniotwórczości w służbie ludzkości • wyjaśnia, na czym polegają zabiegi sanitarne i zabiegi specjalne • podaje nazwy instytucji w Polsce, w ramach których działają służby monitorujące poziom radiacji 	C B A	PP P PP
24	Zabezpieczenie żywności i wody przed skażeniami	<ul style="list-style-type: none"> • skażenia i zakażenia; źródła skażeń • zasady bezpiecznego przechowywania żywności i wody • ochrona żywności i wody przed skażeniami • ochrona płodów rolnych i pasz • walory ochronne różnych rodzajów opakowań • postępowanie w przypadku zagrożenia skażeniami promieniotwórczymi • planowanie wielkości zapasów wody i żywności na potrzeby swojej rodziny, na określony czas; indywidualne zapasy żywności 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia znaczenie terminów: „skażenie” i „zakażenie” • wymienia możliwe źródła skażenia • wymienia sposoby zabezpieczenia żywności i wody przed skażeniami • charakteryzuje walory ochronne różnych rodzajów opakowań • uzasadnia konieczność stałej ochrony wody i żywności, zwłaszcza w czasie zdarzeń kryzysowych • omawia sposoby postępowania w przypadku zagrożenia skażeniami promieniotwórczymi • planuje wielkość zapasów wody i żywności na potrzeby swojej rodziny, na określony czas 	A B A B D D, E C	P P P P PP PP PP
ROZDZIAŁ 6. ZAGROŻENIA CHEMICZNE					
25	Postępowanie ze skażoną żywnością i wodą	<ul style="list-style-type: none"> • uzdatnianie skażonej żywności i skażonej wody • terminy: „odkazywanie”, „dezaktywacja” (mechaniczna, fizyczna, chemiczna), „dezynfekcja”, „dezynsekcja”, „deratyzacja” 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia, na czym polega uzdatnianie skażonej żywności i wody • wyjaśnia znaczenie terminów: „odkazywanie”, „dezaktywacja” (mechaniczna, fizyczna, chemiczna), „dezynfekcja”, „dezynsekcja”, „deratyzacja” 	B A	P PP
26	Oznakowanie substancji toksycznych	<ul style="list-style-type: none"> • piktogramy • oznaczenia środków niebezpiecznych (w tym toksycznych) oraz miejsca ich ekspozycji • postępowanie po uwolnieniu się substancji chemicznej • ochrona ludzi przed działaniem substancji szkodliwych • samopomoc (jak sobie radzić bez pomocy z zewnątrz) i samoewakuacja (doraźna - spontaniczna) 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia znaczenie terminu „piktogram” • wymienia rodzaje oznakowań substancji toksycznych i miejsca ich ekspozycji • rozpoznaje znaki substancji toksycznych na pojazdach i budowlach • proponuje działania chroniące ludzi przed działaniem substancji szkodliwych • przedstawia zasady postępowania w okolicznościach nakazujących opuszczenie zagrożonego miejsca 	A B C D C	PP PP P P PP
27	Postępowanie w wypadku awarii	<ul style="list-style-type: none"> • lokalne zagrożenia chemiczne • wzywanie pomocy fachowej w sytuacji uwolnienia się substancji szkodliwych z obiektów przemysłowych i środków transportu do środowiska • ratowanie ofiar zdarzenia • zastępcze środki ochrony dróg oddechowych i skóry 	<ul style="list-style-type: none"> • wyjaśnia zasady postępowania w przypadku awarii instalacji chemicznej i środka transportu oraz rozszczelnienia zbiorników z substancjami toksycznymi • wymienia zagrożenia lokalne stwarzane przez przemysł i transport • podaje przykłady zastępczych środków ochrony dróg oddechowych i skóry 	B B, F D	P PP PP