Przedmiotowe zasady oceniania – wymagania na poszczególne oceny szkolne.
– dostosowany do nowej podstawy programowej 2022

Nr i temat lekcji	Ocena dopuszczająca	Ocena dostateczna	Ocena dobra	Ocena bardzo dobra	Ocena celująca
	Uczeń potrafi:				
Dział 1. Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach					
1. Istota udzielania pierwszej pomocy	• wyjaśnić zasady zachowania się ratujących (świadków zdarzenia) w miejscu wypadku.	• uzasadnić znaczenie udzielania pierwszej pomocy; • omówić zasady zabezpieczenia miejsca wypadku.	• przedstawić metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć.	• wyjaśnić znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy przez świadka zdarzenia; • podać przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach.	• przedstawić rolę świadka zdarzenia w pierwszej pomocy; • ocenić zachowanie się świadków zdarzenia (ratujących) na miejscu wypadku.
2. Łańcuch ratunkowy – nie masz prawa go zerwać	• rozpoznać osobę w stanie zagrożenia życia; • unikać narażania własnego zdrowia na niebezpieczeństwo;	• omówić zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika; • wyjaśnić zasady bezpiecznego	• rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej; • podać przykład aplikacji na telefon komórkowy wspierającej udzielanie	• wyjaśnić pojęcie „stan zagrożenia życia”; • rozpoznać potencjalne źródła zagrożeń w kontakcie z poszkodowanym.	• uzasadnić, że prawidłowe wezwanie pomocy może mieć istotne znaczenie dla ratowania życia

AUTOR: Bogusława Breitkopf

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

	• ocenić własne możliwości; • wezwać odpowiednią pomoc.	postępowania w rejonie wypadku;	pierwszej pomocy; • wskazać sposoby zabezpieczenia się przed zakażeniem w kontakcie z krwią i płynami ustrojowymi, stosowania uniwersalnych środków ochrony osobistej.		poszkodowanych; • scharakteryzować poszczególne ogniwa łańcucha ratunkowego; • wskazać przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenie stanu zdrowia lub zagrożenia życia.
3. Ocena stanu poszkodowanych	• ocenić przytomność poszkodowanego; • ocenić czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); • udrożnić drogi oddechowe rękoczynem czoło–żuchwa; • systematycznie ponawiać ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej; • wezwać odpowiednią	• rozpoznać u osoby stan zagrożenia życia; • wyjaśnić mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; • postępować według poznanego schematu ratunkowego.	• omówić zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika; • odwrócić na plecy poszkodowanego leżącego na brzuchu, gdy zachodzi taka konieczność; • rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej.	• wymienić objawy utraty przytomności; • wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; • podać przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach.	• dowieść konieczności udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; • wyjaśnić rolę układu nerwowego, układu krwionośnego i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych.

AUTOR: Bogusława Breitkopf

KLUB NAUCZYCIELA uczę.pl

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

	pomoc.				
4. Postępowanie podczas utraty przytomności i zasłabnięć	• ocenić przytomność poszkodowanego; • udrożnić drogi oddechowe rękoczynem czoło–żuchwa; • ocenić czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); • systematycznie ponawiać ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej; • ułożyć osobę nieprzytomną w pozycji bezpiecznej; • wezwać odpowiednią pomoc.	• postępować według poznanego schematu ratunkowego; • udzielić pomocy osobie omdlałej; • wymienić zagrożenia dla osoby nieprzytomnej.	• wyjaśnić mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; • omówić zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika.	• wykazać związek między utratą przytomności a zagrożeniem życia; • wymienić przyczyny i objawy nagłych zasłabnięć i utraty przytomności.	• wyjaśnić rolę układu nerwowego, układu krwionośnego i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych; • omówić zasady postępowania z osobą nieprzytomną.
5. Pierwsza pomoc w zaburzeniach oddychania i krążenia	• rozpoznać czynności życiowe poszkodowanego lub ich brak; • postępować według poznanego schematu	• wykonać na manekinie uciski klatki piersiowej i oddech zastępczy, samodzielnie i we współpracy z drugą	• wymienić najczęstsze przyczyny zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; • omówić uniwersalny algorytm w nagłym	• opisać zastosowanie automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED); • wykazać wpływ zastosowania AED na	• uzasadnić konieczność udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych

AUTOR: Bogusława Breitkopf

KLUB NAUCZYCIELA uczę.pl

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

	ratowniczego; • wykonać na manekinie uciski klatki piersiowej; • wezwać odpowiednią pomoc.	osobą.	zatrzymaniu krążenia; • wyjaśnić pojęcie „nagłe zatrzymanie krążenia”.	zwiększenie skuteczności akcji resuscytacyjnej; • wymienić oznaki nagłego zatrzymania krążenia.	poszkodowanego; • wymienić warunki i czynniki zapewniające resuscytację wysokiej jakości.
6. Ciała obce w organizmie	• wykonać na manekinie rękoczyny ratunkowe w przypadku zadławienia; • wezwać odpowiednią pomoc.	• zastosować poznany schemat ratunkowy; • wymienić przykłady działań zapobiegających zadławieniu u małych dzieci.	• wyjaśnić pojęcie i mechanizm zadławienia; • postępować według poznanego schematu ratunkowego.	• omówić schemat postępowania w przypadku zadławienia.	• uzasadnić konieczność udzielania pierwszej pomocy w przypadku zakrztuszenia lub zadławienia.
7. Pierwsza pomoc w zranieniach, skaleczeniach i ranach	• wymienić środki stanowiące wyposażenie apteczki pierwszej pomocy; • wyjaśnić zastosowanie poszczególnych materiałów opatrunkowych; • wykonać opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny; • posługiwać się chustą trójkątną podczas	• wymienić przedmioty, jakie powinny znaleźć się w apteczce domowej; • opatrzyć rany kończyn chustą trójkątną; • zastosować podstawowe zasady opatrywania ran; • zastosować właściwe opatrunki	• wymienić przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce przygotowanej na wyprawę turystyczną; • omówić zasady pierwszej pomocy w urazach kończyn; • wymienić przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce samochodowej; • wykonać opatrunek	• wyjaśnić pojęcie rany; • wskazać zależność między sposobem opatrzenia rany a jej gojeniem się; • zaplanować wyposażenie apteczki dla kilkuosobowej grupy na wyprawę turystyczną w zależności od pory roku.	• uzasadnić konieczność opatrywania ran; • rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku.

AUTOR: Bogusława Breitkopf

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

	opatrywania ran i unieruchamiania kończyn; • bezpiecznie zdjąć rękawiczki ochronne; • wezwać odpowiednią pomoc.	w zależności od rodzaju urazu i umiejscowienia rany.	osłaniający na ranę głowy, szyi, twarzy, klatki piersiowej i jamy brzusznej.		
8. Tamowanie krwotoków	• wykonać opatrunek uciskowy; • zatamować krwotok za pomocą opatrunku; • wezwać odpowiednią pomoc; • bezpiecznie zdjąć rękawiczki ochronne.	• wyjaśnić, jak rozpoznać krwotok zewnętrzny; • opisać opatrunek uciskowy; • opisuje zasady pierwszej pomocy w sytuacji wystąpienia zagrożenia z użyciem broni konwencjonalnej.	• ułożyć poszkodowanego w odpowiedniej pozycji, w zależności od umiejscowienia urazu; • tamuje krwotok przy użyciu dłoni oraz opatrunku uciskowego.	• wyjaśnić pojęcia: „rana”, „krwotok”; • wyjaśnić, dlaczego silny krwotok zagraża życiu; • wyjaśnić zagrożenie związane z silnym krwotokiem; • rozróżnia rodzaje krwotoków.	• rozpoznać stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnić zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; • opisuje zasady zachowania się w sytuacji zagrożenia przy użyciu akronimu: uciekaj, schowaj się, walcz.
9. Urazy kości i uszkodzenia stawów	• zastosować unieruchomienie obłożeniowe; • wezwać odpowiednią pomoc.	• stosować zasady unieruchamiania doraźnego kości i stawów.	• wykorzystać podręczne środki do unieruchomienia urazu.	• wyjaśnić pojęcie „złamanie”; • wymienić przyczyny urazów kostno-stawowych.	• wymienić przykłady zapobiegania urazom w sporcie, w domu, w pracy.
10. Wpływ wysokiej	• zademonstrować metodę chłodzenia	• wyjaśnić, na czym polega udzielanie	• scharakteryzować stopnie oparzeń	• omówić skutki działania wysokiej	• przedstawić metody zapewnienia

AUTOR: Bogusława Breitkopf

KLUB NAUCZYCIELA uczę.pl

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

temperatury na organizm człowieka	w przypadku oparzenia kończyny; • wezwać odpowiednią pomoc.	pierwszej pomocy w oparzeniach; • wymienić przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci.	termicznych; • omówić zasady postępowania w przypadku oparzenia termicznego.	temperatury na organizm człowieka; • wyjaśnić pojęcie „oparzenie”.	bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas lekcji.
Dział 2. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń (katastrof i wypadków masowych)					
11. Ostrzeganie i alarmowanie ludności o zagrożeniach	• rozróżnić poszczególne sygnały alarmowe i środki alarmowe; • omówić zasady właściwego zachowania się w razie uruchomienia sygnałów alarmowych; • zachować się po ogłoszeniu alarmu w szkole.	• omówić sposób zachowania się uczniów po usłyszeniu sygnału alarmu; • wskazać drogi ewakuacji w szkole.	• omówić rodzaje alarmów; • wymienić zasady ostrzegania ludności o zagrożeniach; • wyjaśnić zasady zachowania się ludności po usłyszeniu sygnału alarmowego.	• omówić rolę różnych służb i innych podmiotów; • uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów; • omówić rodzaje alarmów.	• uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów; • uzasadnić przydatność znajomości sygnałów alarmowych.
12. Zagrożenia powodziowe	• wymienić przykłady zagrożeń związanych z wystąpieniem powodzi; • podać zasady	• omówić znaczenie kolorów stosowanych w ratownictwie powodziowym.	• omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji wystąpienia powodzi.	• uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratowniczych.	• wyjaśnić, dlaczego na terenach powodziowych należy przeciwdziałać

AUTOR: Bogusława Breitkopf

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

	postępowania w razie zagrożenia powodzią.				panice.
13. Zagrożenia pożarowe	• scharakteryzować zagrożenia pożarowe w domu, szkole i najbliższej okolicy; • rozpoznać i prawidłowo zareagować na sygnał alarmu o pożarze w szkole.	• omówić zasady zachowania się podczas pożarów; • omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożeń cywilizacyjnych; • uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratunkowych.	• wskazać w szkole miejsca szczególnie zagrożone wystąpieniem pożaru i uzasadnić swój wybór. • przedstawić obowiązki ludności w sytuacjach wymagających ewakuacji.	• wyjaśnić najczęstsze przyczyny powstawania pożarów; • uzasadnić celowość przestrzegania zasad ochrony przeciwpożarowej.	• uzasadnić potrzebę przeciwdziałania panice; • planować postępowanie uczniów po usłyszeniu sygnału o pożarze.
14. Zagrożenia związane z działalnością człowieka	• wymienić przykłady nadzwyczajnych zagrożeń wywołanych przez człowieka; • opisać pożądane zachowania ludności w sytuacji zagrożeń chemicznych.	• uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratunkowych.	• omówić zasady zachowania się podczas wypadków i katastrof komunikacyjnych, technicznych i innych.	• opisać rodzaje zagrożeń związanych z działalnością człowieka; • omówić rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożeń cywilizacyjnych.	• uzasadnić potrzebę przeciwdziałania panice, • uzasadnić znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń różnych służb i innych podmiotów.
Dział 3. Bezpieczeństwo państwa – kształtowanie postaw obronnych					
15. Bezpieczne państwo	• wymienić składniki bezpieczeństwa	• wyjaśnić, co rozumie przez	• wymienić i scharakteryzować	• określić istotę problemu	• podjąć dyskusję na temat

AUTOR: Bogusława Breitkopf

KLUB NAUCZYCIELA uczę.pl

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

	państwa.	pojęcie „bezpieczne państwo”.	podstawowe pojęcia związane z bezpieczeństwem państwa.	bezpieczeństwa.	bezpieczeństwa państwa.
16. Polska a bezpieczeństwo międzynarodowe	• orientować się w geopolitycznych uwarunkowaniach bezpieczeństwa, wynikających z położenia Polski.	• wymienić czynniki mające wpływ na bezpieczeństwo Polski, • omówić misję Sił Zbrojnych w systemie obronności państwa.	• wymienić organizacje międzynarodowe i przedstawić ich rolę w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski, • wymienić uzbrojenie Sił Zbrojnych RP.	• omówić filary współczesnego bezpieczeństwa Polski, • omówić podstawowe zadania Sił Zbrojnych w systemie obronności państwa.	• omówić rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski, • opisać strukturę organizacyjną Sił Zbrojnych RP.
17. Zasady orientowania się w terenie	• wskazać kierunki stron świata za pomocą: Słońca, Słońca i zegarka.	• wyjaśnić zasady orientowania się w terenie.	• orientować się w terenie na podstawie cech przedmiotów terenowych; • wskazać kierunki stron świata za pomocą kompasu.	• wskazać kierunki stron świata za pomocą Gwiazdy Polarnej i faz Księżyca.	• wskazać kierunki stron świata za pomocą busoli i GPS.
18. Posługiwanie się mapą	• wyjaśnić zasady orientowania się w terenie za pomocą mapy.	• wskazać różnicę między mapą a planem.	• rozróżnić znaki topograficzne; • czytać znaki topograficzne.	• orientować się w terenie według mapy; • orientować mapę geometrycznie i magnetycznie.	• porównać mapę z terenem; • określić swoje miejsce na mapie.
19.	• przedstawić sposoby	• Opisać sposoby	• wyjaśnić istotę	• przedstawić rolę	• dobierać i tworzyć

AUTOR: Bogusława Breitkopf

KLUB NAUCZYCIELA uczę.pl

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne

Cyberbezpieczeństwo w wymiarze wojskowym	zabezpieczenia dowodów cyberprzemocy.	zabezpieczenia dowodów cyberprzemocy.	cyberbezpieczeństwa państwa.	i miejsce cyberbezpieczeństwa militarnego w systemie cyberbezpieczeństwa państwa.	umiarkowanie złożone wypowiedzi dotyczące cyberbezpieczeństwa państwa.
20. Strzelecka broń sportowa	• rozróżnić kategorie broni strzeleckiej; • opisać zasady zachowania się na strzelnicy przy posługiwaniu się bronią.	• wymienić podstawowe części składowe broni strzeleckiej.	• opisać poszczególne części składowe broni strzeleckiej.	• uzasadnić konieczność dokonywania przeglądu, czyszczenia i konserwacji broni strzeleckiej.	• wyjaśnić zasadność stosowania środków ostrożności przy posługiwaniu się bronią.
21. Zjawisko strzału, tor pocisku i jego elementy	• wymienić okresy zjawiska strzału.	• wyjaśnić od czego zależy siła odrzutu.	• opisać podstawowe czynniki warunkujące tor lotu pocisku.	• Scharakteryzować poszczególne okresy zjawiska strzału.	• opisać poszczególne elementy toru pocisku.
22. Celowanie i celność strzelania	• przyjąć postawy strzeleckie: leżąc, klęcząc i stojąc.	• prawidłowo zgrać przyrządy celownicze.	• regulować oddech w czasie składania się do strzału.	• prawidłowo ściągnąć język spustowy.	• opisać warunki wpływające na celność strzelania.

AUTOR: Bogusława Breitkopf

© Copyright by Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne