

l.p.	Dział	Wymagania na poszczególne oceny				
		dopuszczający	dostateczny	dobry	Bardzo dobry	celujący
Rozdział I Bezpieczeństwo państwa						
1.	Bezpieczny obywatel, bezpieczny naród, bezpieczne państwo	<ul style="list-style-type: none"> – definiuje bezpieczeństwo jako stan i jako proces – wymienia podmioty odpowiadające za bezpieczeństwo kraju i jego obywateli 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia rodzaje bezpieczeństwa 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia rodzaje i dziedziny bezpieczeństwa państwa 	<ul style="list-style-type: none"> – definiuje pojęcia ochrony i obrony narodowej 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia misję Sił Zbrojnych RP, ich rolę, podstawowe zadania w systemie obronności państwa oraz strukturę i uzbrojenie
2.	Bezpieczeństwo Polski w stosunkach międzynarodowych	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje geopolityczne położenie Polski – omawia wybrane aspekty tego położenia dla bezpieczeństwa narodowego 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia wybrane zagrożenia dla bezpieczeństwa we współczesnym świecie 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski – potrafi podać przykłady misji pokojowych w których brali udział Polacy 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia przykłady polskiej aktywności na rzecz zachowania bezpieczeństwa (w ONZ, OBWE, NATO) – wymienia wybrane zagrożenia dla bezpieczeństwa Polski 	<ul style="list-style-type: none"> – omawia historyczną ewolucję modelu bezpieczeństwa Polski – potrafi omówić najważniejsze cele głównych organizacji międzynarodowych do których należy Polska
Rozdział II Postępowanie w sytuacjach zagrożeń						
3.	Źródła zagrożeń	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia przykłady nadzwyczajnych zagrożeń – wymienia numery alarmowe w Polsce i przypisuje je odpowiednim służbom 	<ul style="list-style-type: none"> – omawia sposoby przeciwdziałania zagrożeniom 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia podmioty działające na rzecz zwalczania skutków zagrożeń i tworzące system ratownictwa w Polsce – dokonuje podziału zagrożeń ze względu na źródło ich pochodzenia 	<ul style="list-style-type: none"> – poszczególnym podmiotom ratowniczym przypisuje odpowiednie zadania 	
4.	Ostrzeżenie o zagrożeniach i alarmowanie	<ul style="list-style-type: none"> – rozróżnia sygnały alarmowe – omawia sposób ogłaszania i odwołania alarmów 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia rodzaje komunikatów ostrzegawczych – wymienia środki alarmowe podstawowe i zastępcze 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia sposoby przeciwdziałania panice 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje sposób zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu lub wydaniu komunikatu ostrzegawczego 	<ul style="list-style-type: none"> – charakteryzuje działanie i zadania systemu wykrywania skażeń i alarmowania
5.	Ewakuacja	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia termin „ewakuacja” i omawia jej znaczenie 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje sposób zachowania się podczas ewakuacji z budynku – omawia szkolną instrukcję ewakuacji 	<ul style="list-style-type: none"> – uzasadnia znaczenie przeciwdziałania panice i podporządkowania się poleceniom służb ratowniczych 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje sposób zaopatrywania w wodę i żywność podczas ewakuacji 	
		<ul style="list-style-type: none"> – rozpoznaje znaki ewakuacyjne i informacyjne 		<ul style="list-style-type: none"> – omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych 	<ul style="list-style-type: none"> – rozróżnia rodzaje i stopnie ewakuacji 	

6.	Zagrożenia pożarowe	– rozpoznaje znaki ochrony przeciwpożarowej	– wymienia główne przyczyny pożarów – opisuje zasady postępowania po dostrzeżeniu pożaru	– opisuje sposób obsługi gaśnic i hydrantu wewnętrznego – omawia przeznaczenie podręcznego sprzętu gaśniczego i jego rozmieszczenie np. w szkole	– wyjaśnia, jak gasić zarzewie ognia i odzież płonąca na człowieku – wie jak się zachować podczas zapalenia oleju na patelni	
7.	Zagrożenia powodziowe	– wymienia główne przyczyny powodzi i potrafi je opisać	– wymienia zadania państwa w zakresie ochrony przeciwpowodziowej – wyjaśnia, jak należy się zachowywać w czasie powodzi – wymienia na czym polega ochrona przeciwpowodziowa	– planuje niezbędne zapasy, które powinien zgromadzić dla swojej rodziny, aby przetrwać kilka dni w sytuacji kryzysowej – uzasadnia bezwzględny nakaz stosowania się do poleceń służb ratowniczych i sanitarnych w czasie powodzi – wie co należy zrobić w czasie ewakuacji	– opisuje zasady postępowania po opadnięciu wód powodziowych	– omawia pojęcie: stan ostrzegawczy, stan alarmowy, dekontaminacja, pogotowie przeciwpowodziowe, alarm powodziowy,
8.	Ekstremalne warunki pogodowe	– wymienia pogodowe zagrożenia dla bezpieczeństwa człowieka	– omawia sposoby ochrony przed niszczącymi skutkami upałów, wichury i gwałtownych burz	– opisuje praktyczne sposoby przeciwdziałania zagrożeniom podczas intensywnych opadów śniegu oraz ekstremalnie niskich temperatur	– potrafi scharakteryzować zagrożenia i zasady postępowania podczas: <ul style="list-style-type: none"> ● intensywnych opadów śniegu ● ekstremalnie niskich temperatur ● upałów ● wichur ● gwałtownych burz 	
9.	Wypadki i katastrofy komunikacyjne. Uwolnienie niebezpiecznych substancji chemicznych	– wymienia główne przyczyny wypadków komunikacyjnych	– opisuje zasady zachowania się po uwolnieniu substancji toksycznych – opisuje zagrożenia towarzyszące wypadkom	– omawia sposoby zapewnienia bezpieczeństwa poszkodowanym, ratownikowi, osobom postronnym na miejscu zdarzenia – wymienia czynności, które należy wykonać, aby ocenić sytuację na miejscu	– opisuje zasady kodowania informacji na tablicach ADR – omawia podstawowe zasady postępowania ratownika w miejscu zdarzenia (wypadek komunikacyjny)	– omawia sposób funkcjonowania systemu segregacji rannych TRIAGE

				zdarzenia, i stosuje tę wiedzę w praktyce	– wyjaśnia znaczenie terminów, kolizja, katastrofa, wypadek	
--	--	--	--	---	---	--

10.	Zagrożenia terrorystyczne	<ul style="list-style-type: none"> – definiuje pojęcie terroryzm – wyjaśnia konieczność powiadamiania służb porządkowych (policji, straży miejskiej) o podejrzenie zachowujących się osobach lub podejrzanych przedmiotach zauważonych w miejscach publicznych 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje zasady zachowania się na wypadek: <ul style="list-style-type: none"> • strzelaniny • znalezienia się w sytuacji zakładniczej – zna główne przyczyny terroryzmu 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje zasady zachowania się na wypadek: <ul style="list-style-type: none"> • ataku bombowego • ataku gazowego • otrzymania podejrzonej przesyłki – wymienia najczęstsze akty terroru 	<ul style="list-style-type: none"> – omawia genezę i formy współczesnych aktów terroru 	
11.	Próbna ewakuacja	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia ogólne zasady postępowania po ogłoszeniu ewakuacji – rozpoznaje znaki ewakuacyjne, informacyjne i ochrony przeciwpożarowej 	<ul style="list-style-type: none"> – prawidłowo wykonuje nakazane czynności 	<ul style="list-style-type: none"> – wykazuje troskę o bezpieczeństwo własne i innych osób – zachowuje spokój i opanowanie 	<ul style="list-style-type: none"> – omawia treść szkolnej instrukcji ewakuacji 	
Rozdział III Podstawy pierwszej pomocy						
12.	Podstawowe wiadomości z zakresu pierwszej pomocy	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia termin „pierwsza pomoc” – określa prawny i moralny obowiązek niesienia pomocy poszkodowanym 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia pojęcie „stan nagłego zagrożenia zdrowotnego” – wyjaśnia znaczenie czasu podczas udzielania pierwszej pomocy 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia – zna główne stany nagłego zagrożenia zdrowotnego 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia rolę układów: krążenia, nerwowego, oddechowego w utrzymaniu podstawowych funkcji życiowych 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia różnice pomiędzy nr 112 a 999, 998, 997 – prawidłowo wskazuje i uzasadnia Triage, podaje przykłady – formułuje złożony opis zdarzenia oraz wskazuje prawidłowy przebieg postępowania na miejscu zdarzenia
13.	Postępowanie w miejscu zdarzenia	<ul style="list-style-type: none"> – demonstruje bezpieczny sposób zdejmowania rękawiczek jednorazowych – podaje numery alarmowe wraz z ich prawidłowym przyporządkowaniem 	<ul style="list-style-type: none"> – poprawnie konstruuje komunikat wzywający pomoc fachową – wskazuje sposób zabezpieczenia się ratownika w kontakcie z poszkodowanym 	<ul style="list-style-type: none"> – podaje przykład aplikacji na telefon pomocnej w udzielaniu pierwszej pomocy – opisuje wybrane sposoby transportu osób przytomnych i nieprzytomnych 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia czynności, które na miejscu zdarzenia należy podjąć w trosce o bezpieczeństwo: świadka, ratownika, poszkodowanych, miejsca zdarzenia i pozostałych osób 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia różnice pomiędzy nr 112 a 999, 998, 997 – prawidłowo wskazuje i uzasadnia Triage, podaje przykłady – formułuje złożony opis zdarzenia oraz wskazuje prawidłowy przebieg postępowania na miejscu zdarzenia
14.	Pomoc osobie nieprzytomnej	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia pojęcie „nagłe zatrzymanie krążenia” – ocenia stan świadomości poszkodowanego – umiejętnie stosuje folię NRC 	<ul style="list-style-type: none"> – ocenia bezpieczeństwo miejsca wypadku – udrażnia drogi oddechowe (rękoczymem czoło– żuchwa) 	<ul style="list-style-type: none"> – ocenia stan poszkodowanego wg schematu ABC – układa poszkodowanego nieprzytomnego, ale 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej – potrafi przeprowadzić wywiad SAMPLE 	

			<ul style="list-style-type: none"> - sprawdza, czy poszkodowany oddycha - wymienia objawy utraty przytomności - wymienia ogniwa łańcucha przeżycia 	<p>oddychającego, w pozycji bezpiecznej</p> <ul style="list-style-type: none"> - wymienia główne przyczyny omdlenia - opisuje ogniwa łańcucha przeżycia 	<ul style="list-style-type: none"> - zapewnia poszkodowanemu ochronę termiczną - wyjaśnia, kiedy można zastosować odwrócony schemat CAB - udziela pierwszej pomocy w przypadku omdlenia - charakteryzuje objawy zwiastujące omdlenie 	
15.	Resuscytacja krążeniowo-oddechowa	<ul style="list-style-type: none"> - wymienia warunki i czynniki zapewniające realizację RKO na wysokim poziomie skuteczności - stosuje środki ochrony osobistej podczas wykonywania RKO 	<ul style="list-style-type: none"> - omawia algorytm ratowniczy RKO u dorosłych i dzieci - wymienia objawy NZK - zna przyczyny NZK 	<ul style="list-style-type: none"> - definiuje pojęcie „resuscytacja krążeniowo-oddechowa” - przedstawia zalety zastosowania AED w akcji ratowniczej - wymienia prawdopodobne miejsca usytuowania AED w bliskiej okolicy 	<ul style="list-style-type: none"> - opisuje znaczenie RKO w akcji ratowniczej - opisuje działanie i obsługę automatycznego defibrylatora zewnętrznego - wykorzystuje AED w praktyce - wykonuje pełen cykl RKO na manekinie dorosłego i niemowlęcia (samodzielnie i w parze) 	
16.	Apteczka pierwszej pomocy	<ul style="list-style-type: none"> - omawia przeznaczenie i podstawowe typy apteczek pierwszej pomocy 	<ul style="list-style-type: none"> - wlicza przedmioty wchodzące w skład apteczki pierwszej pomocy: <ul style="list-style-type: none"> ● samochodowej ● turystycznej ● domowej 	<ul style="list-style-type: none"> - proponuje improwizowane środki opatrunkowe, zależnie od rodzaju zranienia 	<ul style="list-style-type: none"> - opisuje zasady doboru i przechowywania składników apteczki pierwszej pomocy 	

17.	Tamowanie krwotoków	<ul style="list-style-type: none"> - stosuje rękawiczki ochronne podczas opatrywania ran - bezpiecznie zdejmuje rękawiczki ochronne 	<ul style="list-style-type: none"> - wyjaśnia pojęcia: rana, krwotok, opatrunek uciskowy, opatrunek osłaniający 	<ul style="list-style-type: none"> - wymienia rodzaje krwotoków i charakteryzuje je - wykonuje w obrębie kończyny opatrunki uciskowe i osłaniające - wie kiedy może zastosować opaskę uciskową - opisuje schemat udzielania pierwszej pomocy przy krwotokach - opisuje zasady zachowania się w sytuacji zagrożenia przy użyciu broni konwencjonalnej (uciekaj, schowaj się, walcz) 	<ul style="list-style-type: none"> - wykonuje opatrunek zależnie od miejsca zranienia (inne niż kończyna) - demonstruje sposób tamowania krwotoku z nosa - wykonuje opatrunek z ciałem obcym w ranie - zakłada opaskę uciskową 	<ul style="list-style-type: none"> - wskazuje różnice między krwotokiem tętniczym a żylnym
18.	Złamania i zwichnięcia	<ul style="list-style-type: none"> - zakłada temblak - podaje przykłady zapobiegania urazom 	<ul style="list-style-type: none"> - omawia zasady postępowania w przypadku podejrzenia urazów kręgosłupa 	<ul style="list-style-type: none"> - wyjaśnia pojęcia: złamanie, zwichnięcie, skręcenie 	<ul style="list-style-type: none"> - omawia i stosuje zasady doraźnego unieruchomienia kości i stawów 	

		w domu, w pracy, podczas rekreacji i w sporcie	<ul style="list-style-type: none"> - omawia typowe objawy złamań, zwichnięć i skręceń 	<ul style="list-style-type: none"> - opisuje najczęstsze okoliczności urazów kręgosłupa - opisuje rodzaje złamań 	<ul style="list-style-type: none"> - udziela pomocy poszkodowanemu w przypadku złamań, zwichnięć i skręceń (ćwiczenia praktyczne) 	
19.	Oparzenia i odmrożenia	<ul style="list-style-type: none"> - demonstruje sposób schładzania oparzonej kończyny 	<ul style="list-style-type: none"> - omawia zasady postępowania ratowniczego w przypadkach: <ul style="list-style-type: none"> ● oparzeń termicznych - omawia sposób postępowania w przypadku zapalenia oleju w kuchni 	<ul style="list-style-type: none"> - wyjaśnia pojęcia: oparzenie, udar słoneczny, udar cieplny, odmrożenie, wychłodzenie - omawia zasady postępowania ratowniczego w przypadkach: <ul style="list-style-type: none"> ● oparzeń termicznych ● oparzeń środkami chemicznymi ● wychłodzenia organizmu i odmrożeń 	<ul style="list-style-type: none"> - proponuje skuteczne sposoby zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci - wymienia czynniki sprzyjające wychłodzeniu 	<ul style="list-style-type: none"> - omawia stopnie oparzeń i odmrożeń i potrafi je scharakteryzować - charakteryzuje sposób oceny rozległości oparzeń u dorosłego i dziecka

20.	Inne groźne przypadki	– omawia sposoby zapewnienia bezpieczeństwa ratownika w wypadkach: <ul style="list-style-type: none"> ● zadławienia ● zawału serca ● udaru mózgu ● napadu padaczkowego ● ciała obcego w oku ● zatrucia ● tonięcia ● porażenia prądem ● ukąszenia ● użądlenia 	- wie jakie są przyczyny: <ul style="list-style-type: none"> ● zadławienia ● zawału serca ● udaru mózgu ● napadu padaczkowego ● ciała obcego w oku ● zatrucia ● tonięcia ● porażenia prądem ● ukąszenia ● użądlenia 	– omawia objawy w przypadkach: <ul style="list-style-type: none"> ● zadławienia ● zawału serca ● udaru mózgu ● napadu padaczkowego ● ciała obcego w oku ● zatrucia ● tonięcia ● porażenia prądem ● ukąszenia ● użądlenia 	– omawia i stosuje w praktyce sposób udzielania pierwszej pomocy w przypadkach: <ul style="list-style-type: none"> ● zadławienia <ul style="list-style-type: none"> ▪ omawia schemat postępowania w przypadku zadławienia ▪ wykonuje na manekinie rękoczynny ratunkowe w przypadku zadławienia ▪ wymienia przykłady działań zapobiegających zadławieniu u małych dzieci ● zawału serca ● udaru mózgu ● napadu padaczkowego ● ciała obcego w oku ● zatrucia ● tonięcia 	
-----	-----------------------	--	---	--	--	--

					<ul style="list-style-type: none"> ● porażenia prądem ● ukąszenia ● użądlenia 	
--	--	--	--	--	--	--

Rozdział IV Kształcenie postaw obronnych

21.	Terenoznawstwo	<p>– wyznacza kierunki stron świata przy pomocy GPS</p>	<p>– określa przybliżoną odległość przebytej drogi na podstawie parokroków lub upływającego czasu marszu</p> <p>– umie zorientować mapę i wskazać na niej własne miejsce stania</p>	<p>– wyznacza kierunki stron świata przy pomocy kompasu/ busoli</p> <p>– umie zaplanować i obliczyć drogę marszu (czas, odległość)</p>	<p>- orientuje się w terenie według: położenia Słońca, Gwiazdy Polarnej, charakterystycznych przedmiotów terenowych (natura/ budowle)</p> <p>- umie zaplanować i obliczyć drogę marszu (czas, odległość)</p>	
22.	Cyberbezpieczeństwo w wymiarze wojskowym	<p>- wyjaśnia znaczenie pojęcia cyberbezpieczeństwa</p>	<p>- proponuje efektywne sposoby zapobiegania atakom na cyberbezpieczeństwo i minimalizacji ich skutków</p>	<p>- wymienia główne zagrożenia dla cyberbezpieczeństwa</p> <p>- opisuje przykłady ataków na cyberbezpieczeństwo</p>	<p>- opisuje miejsce cyberbezpieczeństwa w systemie bezpieczeństwa państwa</p> <p>- opisuje zadania Wojsk Obrony Cyberprzestrzeni</p>	
23.	Przygotowanie do szkolenia strzeleckiego	<p>- wyjaśnia zasady efektywnego posługiwania się bronią strzelecką</p> <p>- zasada BLOS (broń/ lufa/ otoczenie/ spust)</p>	<p>- identyfikuje podstawowe części składowe broni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • krótkiej – pistolet/ rewolwer • długiej - karabin • śrutowej – strzelba <p>- opisuje ułożenie ciała w podstawowych postawach strzeleckich (zależnie od dyscypliny i konkurencji)</p>	<p>- opisuje zasady zgrywania podstawowych rodzajów przyrządów celowniczych (otwarte, zamknięte, optyczne)</p>	<p>- wlicza zasady bezpiecznego posługiwania się bronią strzelecką (odpięcie magazynka, brak kontaktu ze spustem, przeładowanie, lufa skierowana w bezpieczne miejsce, strzał kontrolny, wskaźnik bezpieczeństwa, pudełko – futerał transportowy lub kabura)</p> <p>- prawidłowo składa się do strzału, reguluje oddech i ściąga język spustowy</p>	