

PLAN WYNIKOWY

– dostosowany do nowej podstawy programowej 2022

Tematy 1 - 14 - I półrocze

Tematy 15 - 30 - II półrocze

Numer porządkowy lekcji	Nr i temat lekcji	Wymagania podstawowe	Wymagania ponadpodstawowe
		Uczeń:	
Dział 1. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc			
1.	O czym będziemy się uczyć na lekcjach EDB – zasady bezpieczeństwa	- wymienia główne założenia programowe przedmiotu; - wypowiada się na temat swoich zainteresowań, oczekiwań wobec nauczyciela oraz proponowanych treści i metod pracy; - prawidłowo składa meldunek do rozpoczęcia lekcji; - wyjaśnia znaczenie zredagowanych zasad pracy na lekcjach; - planuje swoją naukę zgodnie z wymaganiami przedmiotowymi;	- rozumie i wskazuje elementy humanitarne w programie przedmiotu; - omawia zasady przynależności do organizacji SIM PCK; - potrafi wskazać, w jaki sposób dotrzeć do regulaminów interesujących go konkursów i zawodów sportowo-obronnych; - formułuje i redaguje wnioski dotyczące zasad obowiązujących na lekcji; - rozdziela wymagania podstawowe i ponadpodstawowe; - stosuje się do odpowiednich komend na wypadek alarmu w szkole.

AUTOR: Bogusława Breitkopf

		rozróżnia sygnały alarmowe obowiązujące w szkole.	
2.	1. Istota udzielania pierwszej pomocy	- uzasadnia znaczenie udzielania pierwszej pomocy; - wyjaśnia zasady zachowania się ratujących (świadków zdarzenia) w miejscu wypadku; - omawia zasady zabezpieczenia miejsca wypadku; - przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć.	- ocenia zachowanie się świadków zdarzenia (ratujących) na miejscu wypadku; - rozumie znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy przez świadka zdarzenia; - przedstawia rolę świadka zdarzenia w udzielaniu pierwszej pomocy.
3.	2. Łańcuch ratunkowy – nie masz prawa go zerwać	- omawia zasady postępowania bezpiecznego dla ratownika; - wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; - wskazuje sposoby zabezpieczenia się przed zakażeniem w kontakcie z krwią i płynami ustrojowymi; - rozpoznaje osobę w stanie zagrożenia życia; - wzywa odpowiednią pomoc.	- uzasadnia, że prawidłowe wezwanie pomocy może mieć istotne znaczenie dla ratowania życia poszkodowanych; - omawia poszczególne ogniwa łańcucha ratunkowego; - rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej; - wyjaśnia pojęcie „stan zagrożenia życia”; - podaje przykład aplikacji na telefon komórkowy wspierającej udzielanie pierwszej pomocy.

4.	3. Ocena stanu poszkodowanych	• ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); • wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; • udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło–żuchwa; • ocenia przytomność poszkodowanego; • systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej; • wzywa odpowiednią pomoc; • postępuje według poznanego schematu ratunkowego.	• dowodzi konieczności udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; • odwraca na plecy poszkodowanego leżącego na brzuchu, gdy zachodzi taka konieczność; • rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej; • wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; • wyjaśnia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych; • wymienia objawy utraty przytomności.
----	-------------------------------	---	---

5.	4. Postępowanie podczas utraty przytomności i zasłabnięć	• ocenia przytomność poszkodowanego; • wymienia zagrożenia dla osoby nieprzytomnej; • udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło–żuchwa; • ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); • układa osobę nieprzytomną w pozycji bezpiecznej; • udziela pomocy osobie omdlełej; • systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej.	• omawia przyczyny i objawy nagłych zasłabnięć i zachorowań; • wykazuje związek między utratą przytomności a zagrożeniem życia; • wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; • stosuje schemat postępowania ratowniczego.
6.–7.	5. Pierwsza pomoc w zaburzeniach oddychania i krążenia	• ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); • wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; • udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło–żuchwa; • ocenia przytomność poszkodowanego; • systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej;	• dowodzi konieczności udzielania pierwszej pomocy w przypadku zaburzeń czynności życiowych poszkodowanego; • odwraca na plecy poszkodowanego leżącego na brzuchu, gdy zachodzi taka konieczność; • rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej; • wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; • wyjaśnia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych;

		• wzywa odpowiednią pomoc; • postępuje według poznanego schematu ratunkowego.	• wymienia objawy utraty przytomności.
8.	6. Ciała obce w organizmie	• ocenia przytomność poszkodowanego; • wymienia zagrożenia dla osoby nieprzytomnej; • udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło–żuchwa; • ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund); • układa osobę nieprzytomną w pozycji bezpiecznej; • udziela pomocy osobie omdlełej; • systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej.	• omawia przyczyny i objawy nagłych zapaść i zachorowań; • wykazuje związek między utratą przytomności a zagrożeniem życia; • wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej; • stosuje schemat postępowania ratowniczego.
9.–10.	7. Pierwsza pomoc w zranieniach, skaleczeniach i ranach	• stosuje właściwe opatrunki w zależności od rodzaju urazu i umiejscowienia rany; • wykonuje opatrunek osłaniający na ranę głowy, szyi, twarzy, klatki piersiowej i jamy brzusznej; • omawia zasady udzielania pierwszej pomocy w urazach kończyn;	• rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; • uzasadnia konieczność opatrywania ran; • planuje wyposażenie apteczki dla kilkusobowej grupy na wyprawę turystyczną w zależności od pory roku; • wskazuje zależność między sposobem opatrzenia rany a jej go-

		- wymienia przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce domowej, samochodowej i przygotowanej na wyprawę turystyczną; - stosuje podstawowe zasady opatrywania ran; - wymienia środki stanowiące wyposażenie apteczki pierwszej pomocy; - wyjaśnia zastosowanie poszczególnych materiałów opatrunkowych; - wykonuje opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny; - posługuje się chustą trójkątną podczas opatrywania ran i unieruchamiania kończyn.	jeniem się; - układa poszkodowanego w odpowiedniej pozycji, w zależności od umiejscowienia urazu; - wyjaśnia pojęcie „rana”.
11.	8. Tamowanie krwotoków	- układa poszkodowanego w odpowiedniej pozycji, w zależności od umiejscowienia urazu; - wykonuje opatrunek uciskowy; - tamuje krwotok za pomocą opatrunku; - bezpiecznie zdejmuje rękawiczki ochronne; - wyjaśnia, jak rozpoznać krwotok zewnętrzny; - wzywa odpowiednią pomoc; - opisuje zasady pierwszej pomocy w sytuacji wy-	- rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku; - wyjaśnia pojęcia: „rana”, „krwotok”; - wyjaśnia, dlaczego silny krwotok zagraża życiu; - rozdziela rodzaje krwotoków, - opisuje zasady zachowania się w sytuacji zagrożenia przy użyciu akronimu: uciekaj, schowaj się, walcz.

AUTOR: Bogusława Breitkopf

		stąpienia zagrożenia z użyciem broni konwencjonalnej; • tamuje krwotok przy użyciu dłoni oraz opatrunku uciskowego.	
12.	9. Urazy kości i uszkodzenia stawów	• wykorzystuje podręczne środki do unieruchomienia urazu; • stosuje zasady unieruchamiania doraźnego kości i stawów; • stosuje unieruchomienie obłożeniowe; • wzywa odpowiednią pomoc.	• wymienia przykłady zapobiegania urazom w sporcie, w domu, w pracy; • wyjaśnia pojęcie „złamanie”; • wymienia przyczyny urazów kostno-stawowych.
13.	10. Wpływ wysokiej temperatury na organizm człowieka	• omawia zasady postępowania w przypadku oparzenia termicznego; • wyjaśnia, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w oparzeniach; • demonstruje metodę chłodzenia w przypadku oparzenia kończyny; • charakteryzuje stopnie oparzeń termicznych; • wymienia przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci;	• omawia skutki działania wysokiej temperatury na organizm człowieka; • wyjaśnia pojęcie „oparzenie”; • przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas lekcji.

		wzywa odpowiednią pomoc.	
14.	Powtórzenie i utrwalenie wiadomości	Umiejętności z tego działu.	Umiejętności z tego działu.
Dział 4. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń			
15.	11. Ostrzeganie i alarmowanie ludności o zagrożeniach	- wyjaśnia zasady zachowania się ludności po usłyszeniu sygnału alarmowego; - wymienia zasady ostrzegania ludności o zagrożeniach; - rozróżnia poszczególne sygnały alarmowe i środki alarmowe; - omawia rodzaje alarmów; - omawia sposób zachowania się uczniów po usłyszeniu sygnału alarmu; - wskazuje drogi ewakuacji w szkole.	- uzasadnia przydatność znajomości sygnałów alarmowych; - omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; - uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb i innych podmiotów.
16.	12. Zagrożenia powodziowe	- podaje zasady postępowania w razie zagrożenia powodzią; - wymienia przykłady zagrożeń związanych z wystąpieniem powodzi; - omawia znaczenie kolorów stosowanych w ra-	- wyjaśnia, dlaczego na terenach powodziowych należy przeciwdziałać panice; - uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratowniczych; - planuje ewakuację rodziny na wypadek klęski żywiołowej;

		townictwie powodziowym; • przedstawia obowiązki ludności w sytuacjach wymagających ewakuacji.	• uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice; • omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji wystąpienia powodzi; • omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do ich zaleceń.
17.	13. Zagrożenia pożarowe	• wskazuje miejsca w domu, szkole i najbliższej okolicy, które są szczególnie zagrożone wystąpieniem pożaru, i uzasadnia swój wybór; • rozpoznaje i prawidłowo reaguje na sygnał alarmu o pożarze w szkole; • omawia zasady zachowania się podczas pożarów; • omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożeń cywilizacyjnych.	• wyjaśnia najczęstsze przyczyny powstawania pożarów; • planuje postępowanie uczniów po usłyszeniu sygnału o pożarze; • uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice; • uzasadnia celowość przestrzegania zasad ochrony przeciwpożarowej; • uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratunkowych.
18.	14. Zagrożenia związane z działalnością człowieka	• omawia zasady zachowania się podczas wypadków i katastrof komunikacyjnych, technicznych i innych; • uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb ratunkowych; • opisuje zasady postępowania w razie uwolnienia	• opisuje rodzaje zagrożeń związanych z działalnością człowieka; • omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji zagrożeń cywilizacyjnych; • opisuje miejsca eksponowania znaków substancji toksycznych; • podaje przykłady nadzwyczajnych zagrożeń wywołanych przez człowieka;

		niebezpiecznych środków chemicznych; • omawia zasady postępowania w sytuacji wystąpienia zdarzenia terrorystycznego; • przedstawia zasady zachowania się ludności w sytuacji pojawienia się grupy antyterrorystycznej.	• planuje kolejność działań domowników w sytuacji zagrożenia chlorem gazowym; • uzasadnia potrzebę przeciwdziałania panice; • omawia rolę różnych służb i innych podmiotów w sytuacji wystąpienia zdarzenia terrorystycznego; • uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do zaleceń służb biorących udział w zdarzeniu antyterrorystycznym.
19.	Powtórzenie i utrwalenie wiadomości	• Umiejętności z tego działu.	• Umiejętności z tego działu.
Dział 3. Bezpieczeństwo państwa – kształtowanie postaw obronnych			
20.	15. Bezpieczne państwo	• wyjaśnia, co rozumie przez pojęcie „bezpieczne państwo”; • wymienia składniki bezpieczeństwa państwa; • wymienia i charakteryzuje podstawowe pojęcia związane z bezpieczeństwem państwa.	• podejmuje dyskusję na temat bezpieczeństwa państwa; • określa istotę problemu bezpieczeństwa.
21.	16. Polska a bezpieczeństwo międzynarodowe	• wymienia czynniki mające wpływ na bezpieczeństwo Polski; • wymienia organizacje międzynarodowe i przedstawia ich rolę w zapewnieniu bezpieczeństwa	• omawia filary współczesnego bezpieczeństwa Polski; • omawia rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski; • opisuje podstawowe zadania Sił Zbrojnych RP oraz ich rolę

AUTOR: Bogusława Breitkopf

		Polski; • orientuje się w geopolitycznych uwarunkowaniach bezpieczeństwa, wynikających z położenia Polski; • wyjaśnia misję Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej.	w systemie obronności państwa; • opisuje strukturę organizacyjną i zbrojenie Sił Zbrojnych RP.
22.	17. Zasady orientowania się w terenie	• wyjaśnia zasady orientowania się w terenie; • wskazuje kierunki stron świata za pomocą: Słońca, Słońca i zegarka; • orientuje się w terenie na podstawie cech przedmiotów terenowych; • wskazuje kierunki stron świata za pomocą kompasu.	• wskazuje kierunki stron świata za pomocą Gwiazdy Polarnej i faz Księżyca; • wskazuje kierunki stron świata za pomocą busoli i GPS.
23.–24.	18. Posługiwanie się mapą	• wyjaśnia zasady orientowania się w terenie za pomocą mapy; • wskazuje kierunki stron świata za pomocą: Słońca, Słońca i zegarka; • orientuje się w terenie na podstawie cech przedmiotów terenowych; • wskazuje różnicę między mapą a planem;	• orientuje się w terenie według mapy; • czyta znaki topograficzne; • orientuje mapę geometrycznie i magnetycznie; • porównuje mapę z terenem; • określa swoje miejsce na mapie.

		rozróżnia znaki topograficzne.	
25.	19. Cyberbezpieczeństwo w wymiarze wojskowym	- przedstawia sposoby zabezpieczenia dowodów cyberprzemocy; - wyjaśnia istotę cyberbezpieczeństwa państwa.	- przedstawia rolę i miejsce cyberbezpieczeństwa militarnego w systemie cyberbezpieczeństwa państwa; - dobiera i tworzy umiarkowanie złożone wypowiedzi dotyczące cyberbezpieczeństwa państwa.
26.	20. Strzelecka broń sportowa	- rozróżnia kategorie broni strzeleckiej; - wymienia podstawowe części składowe broni strzeleckiej; - opisuje zasady zachowania się na strzelnicy przy posługiwaniu się bronią.	- opisuje poszczególne części składowe broni strzeleckiej; - uzasadnia konieczność dokonywania przeglądu, czyszczenia i konserwacji broni strzeleckiej; - wyjaśnia zasadność stosowania środków ostrożności przy posługiwaniu się bronią.
27.	21. Zjawisko strzału, tor pocisku i jego elementy	- wymienia okresy zjawiska strzału; - wyjaśnia od czego zależy siła odrzutu; - wymienia elementy toru pocisku.	- charakteryzuje poszczególne okresy zjawiska strzału; - opisuje poszczególne elementy toru pocisku.
28.–29.	22. Celowanie i celność strzelania	- przyjmuje postawy strzeleckie: leżącą, klęczącą i stojącą; - prawidłowo zgrywa przyrządy celownicze.	- opisuje warunki wpływające na celność strzelania; - reguluje oddech w czasie składania się do strzału; - prawidłowo ściąga język spustowy.

30.	Powtórzenie i utrwalenie wiadomości	Umiejętności z tego działu.	Umiejętności z tego działu.
-----	-------------------------------------	---	---