



WYMAGANIA EDUKACYJNE

Zespół Szkół Technicznych w Pile

Przedmiot:	Edukacja dla bezpieczeństwa
Nauczyciel/Nauczyciele	Michał Bobrowski
Rok szkolny:	2026/2027
Klasa:	Pierwsze
OCENA	WYMAGANIA EDUKACYJNE
Dopuszczający (2)	Uczeń: • definiuje i rozpoznaje rodzaje alarmów oraz sygnałów alarmowych • charakteryzuje zasady zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu • podaje definicję i wymienia cele oraz zadania pierwszej pomocy • wymienia działania wchodzące w zakres pierwszej pomocy • potrafi rozpoznać osobę w stanie zagrożenia życia • opisuje wyposażenie apteczki pierwszej pomocy; wymienia przedmioty, jakie powinny się znaleźć w apteczce, np. domowej, samochodowej • opisuje zasady bezpiecznego postępowania w miejscu zdarzenia • prawidłowo wzywa pomoc • opisuje zasady postępowania z osobą nieprzytomną • systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej • opisuje metody udzielania pierwszej pomocy w urazach kończyn • omawia zasady postępowania przeciwstrząsowego • wymienia objawy związane z najczęstszymi obrażeniami narządu ruchu • opisuje metody udzielania pierwszej pomocy w urazach kończyn • omawia zasady postępowania z poszkodowanymi, u których podejrzewa się uraz kręgosłupa • rozumie, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w zatruciach • opisuje typowe okoliczności i objawy wystąpienia udaru termicznego oraz udaru słonecznego • przedstawia metody przenoszenia poszkodowanych z urazem kręgosłupa • proponuje zastosowanie zastępczych środków opatrunkowych • w sytuacjach symulowanych prawidłowo unieruchamia kończynę po urazie w zastanej pozycji; wykorzystuje dostępny sprzęt do unieruchomienia złamanej kończyny • opisuje sposób udzielania pierwszej pomocy w przypadku: ○ zawału serca ○ udaru mózgu ○ napadu duszności ○ porażenia prądem ○ ukąszenia lub użądlenia ○ pogryzienia przez zwierzęta ○ napadu padaczkowego

- rozpoznaje zagrożenia i ich źródła
- wymienia nazwy formacji służb działających na rzecz zwalczania skutków zagrożeń
- wymienia główne przyczyny pożarów
- opisuje zasady postępowania podczas pożaru
- wymienia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas pożaru
- wymienia rodzaje i zasady użycia podręcznego sprzętu gaśniczego
- rozpoznaje znaki ochrony przeciwpożarowej
- rozpoznaje znaki ewakuacji
- omawia zasady zachowania się w przypadku zdarzeń terrorystycznych (np. w razie wtargnięcia uzbrojonej osoby do szkoły, centrum handlowego)
- wymienia najczęstsze zagrożenia „przemocowe” występujące w szkole
- wymienia rodzaje znaków substancji toksycznych i miejsca ich ekspozycji
- wymienia przykładowe materiały, jakie można wykorzystywać jako zastępcze środki ochrony dróg oddechowych i skóry
- wymienia sposoby zabezpieczenia żywności i wody przed skażeniami
- wyjaśnia znaczenie pojęć: odkażanie, dezaktywacja, dezynfekcja, deratyzacja
- wyjaśnia, na czym polegają zabiegi specjalne i sanitarne
- opisuje obowiązki pieszego i kierowcy podczas przejazdu pojazdu uprzywilejowanego
- rozróżnia zagrożenia czasu pokoju i czasu wojny
- opisuje istotę oraz wymienia elementy składowe systemu bezpieczeństwa, jego poszczególne instytucje, charakter związków między nimi
- wymienia nazwy formacji służb mundurowych (w tym obrony terytorialnej) zapewniających bezpieczeństwo państwa; wyjaśnia zadania tych służb
- rozpoznaje podstawowe typy uzbrojenia Sił Zbrojnych RP
- rozpoznaje podstawowe typy uzbrojenia
- wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie
- opisuje podstawowe sygnały i objawy problemów ze zdrowiem psychicznym (stres fizyczny i emocjonalny, zaburzenia odżywiania, depresja kliniczna)
- dobiera i demonstruje umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa, zachowania asertywne, negocjowanie)
- wyjaśnia zagadnienia związane z właściwym, racjonalnym żywieniem
- uzasadnia jego znaczenie dla zdrowia i rozwoju, w tym ochrony przed chorobami przewlekłymi
- wyjaśnia zagadnienia związane z właściwą i racjonalną aktywnością fizyczną
- wyjaśnia wpływ substancji psychoaktywnych na sprawność kierowcy
- wymienia graniczne wartości typowe dla wytrzymałości ludzkiego organizmu w zakresie dostępu do powietrza, wody, żywności oraz długości snu w rytmie dobowym
- wyjaśnia znaczenie pojęć :
 - cybernetyka
 - cyberbezpieczeństwo
 - społeczeństwo informacyjne
- zachowuje elementarne zasady bezpieczeństwa podczas posługiwania się bronią lub jej repliką (BOLS)
- wyjaśnia znaczenie pojęć: całkowita i częściowa rozbiórka broni
- przestrzega regulaminu strzelnicy
- wykonuje polecenia prowadzącego strzelanie

Dostateczny (3)

Uczeń:

- opisuje kluczowe elementy szkolnej instrukcji ewakuacji:
 - sygnały
 - drogi ewakuacji, wyjścia ewakuacyjne
 - miejsce zbiórki ewakuowanej ludności
 - zasady zachowania się uczniów podczas ewakuacji ze szkoły (internatu)

- opisuje rolę układów: oddychania, krążenia i nerwowego dla prawidłowego funkcjonowania organizmu
- podaje przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym i wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach
- wykonuje podstawowe czynności resuscytacji krążeniowo-oddechowej
- wykonuje podstawowe czynności pierwszej pomocy w zadławieniu
- przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć
- wykonuje opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny oraz opatrunek uciskowy
- wykonuje opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny oraz opatrunek uciskowy
- omawia i stosuje zasady unieruchamiania złamań kości długich i stawów (zasada Potta)
- wyjaśnia, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w oparzeniach
- opisuje zagrożenia dla życia związane z utratą dużej ilości krwi w krótkim czasie (wstrząs)
- wymienia społeczne podmioty działające na rzecz zwalczania skutków zagrożeń
- potrafi dobrać odpowiedni rodzaj środka gaśniczego w zależności od rodzaju pożaru (np. płonąca patelnia, płonący komputer)
- rozpoznaje i opisuje sposób użycia podręcznego sprzętu gaśniczego
- charakteryzuje zagrożenia pożarowe w domu, szkole i najbliższej okolicy
- przedstawia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas powodzi, pożaru lub innych klęsk żywiołowych
- opisuje zakres i sposób przygotowania się do planowanej ewakuacji
- opisuje zasady postępowania podczas powodzi, śnieżyicy, zejścia lawiny
- uzasadnia i proponuje skuteczne sposoby zapobiegania panice
- omawia zadania, strukturę oraz podstawowe uzbrojenie i wyposażenie Sił Zbrojnych RP
- podaje przykłady zarządzeń, jakie mogą wydać władze w związku z kryzysem
- wymienia i uzasadnia geopolityczne, militarne i gospodarcze aspekty bezpieczeństwa państwa
- identyfikuje obiekty opatrzone międzynarodowymi znakami ochrony zabytków
- wymienia czynniki ryzyka chorób cywilizacyjnych, jak: nadciśnienie tętnicze, cukrzyca, zaburzenia gospodarki lipidowej, otyłość
- wyjaśnia zależności między zdrowiem fizycznym, zdrowiem psychicznym i zdrowiem emocjonalnym a zdrowiem społecznym
- wymienia zachowania sprzyjające zdrowiu (prozdrowotne) oraz zagrażające zdrowiu; wśród zagrażających zdrowiu wskazuje te, które szczególnie często występują wśród nastolatków
- opisuje konstruktywne i niekonstruktywne sposoby radzenia sobie z emocjami, w tym negatywnymi
- wymienia objawy niedożywienia, odwodnienia, wychłodzenia i przegrzania organizmu
- omawia zjawisko paniki
- wymienia podstawowe zagrożenia dla cyberbezpieczeństwa własnego i najbliższych
- wskazuje i nazywa podstawowe części konstrukcyjne broni (krótkiej, długiej)
- dokonuje częściowej rozbioru broni, zachowując odpowiednią kolejność odłączania poszczególnych elementów konstrukcyjnych udostępnionego egzemplarza broni strzeleckiej
- przyjmuje postawy do strzelania z broni krótkiej i długiej (stojąc, klęcząc, leżąc)
- opisuje indywidualne ochronniki wzroku i / lub słuchu
- przedkłada broń „do przejrzenia” i oddaje strzał kontrolny

Dobry (4)

Uczeń:

- omawia zasady ewakuacji ludności
- wyjaśnia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych
- opisuje następstwa zaburzeń czynności tych układów
- przeprowadza wywiad ratowniczy SAMPLE
- opisuje podstawowe sposoby transportu poszkodowanych z miejsc niebezpiecznych
- wymienia najczęstsze przyczyny utraty przytomności

	• opisuje znaczenie liter stanowiących skrót nazwy schematu oceny stanu poszkodowanego „A-B-C” • wymienia typowe objawy zwiastujące, poprzedzające omdlenie • wykonuje podstawowe opatrunki osłaniające w obrębie głowy i tułowia • zakłada opatrunek uciskowy na rany w obrębie głowy i tułowia • wymienia przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci • wyjaśnia cel doraźnego unieruchomienia kończyny (ograniczenie ruchu, zmniejszenie bólu, ograniczenie ryzyka pogłębiania urazu, umożliwienie bezpiecznego transportu) • opisuje działania ratownicze w przypadku ciała obcego w: oku, uchu, nosie • charakteryzuje działalność społecznych podmiotów ratowniczych, w tym: Ochotniczej Straży Pożarnej, Górskiego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego, Wodnego Ochotniczego Pogotowia Ratunkowego • wyjaśnia zadania tych służb • omawia zasady profilaktyki pożarowej • opisuje sposoby gaszenia najczęściej występujących pożarów (w zarodku) • wyjaśnia znaczenie pojęcia cyberprzemocy • opisuje procedury postępowania w przypadku jej wystąpienia • podaje przykłady najczęściej występujących okoliczności znalezienia niewypałów i niewybuchów • rozpoznaje znaki substancji toksycznych na pojazdach i budowlach • wyjaśnia zasady zaopatrzenia ludności ewakuowanej w wodę i żywność • identyfikuje wyzwania dla bezpieczeństwa indywidualnego i zbiorowego, kategoryzuje je, przypisuje im właściwe znaczenie w kontekście bezpieczeństwa lokalnego i całego państwa • wymienia rodzaje świadczeń obywateli na rzecz obronności • wymienia elementy składowe systemu bezpieczeństwa państwa, jego poszczególne instytucje, charakter związków między nimi • określa zakres działania wybranych stowarzyszeń i organizacji, jak: Liga Obrony Kraju, Polski Czerwony Krzyż, Związek Strzelecki „Strzelec” • wyjaśnia związki między aktywnością fizyczną, zwyczajami żywieniowymi i dobrostanem emocjonalnym • odróżnia czynniki środowiskowe społeczne (korzystne i szkodliwe), na które człowiek może mieć wpływ, od takich, na które wpływu mieć nie może • definiuje pojęcia bulimii i anoreksji • wyjaśnia następstwa tych chorób • analizuje objawy różnych rodzajów uzależnień behawioralnych, w tym uzależnienia od komputera, internetu, hazardu • wyjaśnia, w jaki sposób można unikać picia alkoholu, palenia tytoniu, brania dopalaczy • potrafi ocenić intensywność wysiłku fizycznego (np. na podstawie pomiaru częstości akcji serca w czasie i po wysiłku) • wymienia podstawowe środki podręczne, zwiększające szanse przetrwania • wymienia najprostsze sposoby pozyskania wody i żywności w środowisku naturalnym • wymienia zagrożenia cyberbezpieczeństwa państwa • zna znaczenie pojęć : - incydent - cyberatak - infrastruktura krytyczna w ramach działań na rzecz bezpieczeństwa • prawidłowo składa broń po zakończonej rozbiórce częściowej • bezpiecznie sprawdza działanie wszystkich złożonych elementów • ładuje i odbezpiecza oraz zabezpiecza broń • zgrywa przyrządy celownicze • płynnie pracuje „na spuście”
Bardzo dobry (5)	Uczeń: • opisuje sposoby postępowania w przypadku odcięcia dróg ewakuacyjnych

- potrafi zainstalować w telefonie komórkowym dostępny w miejscu zamieszkania system ostrzegania o lokalnych zagrożeniach
- wymienia i opisuje poszczególne ogniwa łańcucha przeżycia
- opisuje sytuacje, w jakich można prowadzić resuscytację z wyłącznym uciskaniem klatki piersiowej
- opisuje algorytm podstawowych czynności resuscytacyjnych u niemowląt i dzieci
- praktycznie wykorzystuje w sytuacjach symulowanych automatyczny defibrylator (AED)
- proponuje działania zapobiegające zadławieniu w typowych sytuacjach życia codziennego
- omawia okoliczności i sposób zakładania opaski uciskowej
- opisuje sposoby postępowania osób odciętych przez pożar od dróg ewakuacji
- omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych
- wskazuje niewłaściwe zachowania dotyczące cyberprzemocy i proponuje właściwą na nie reakcję
- wyjaśnia znaczenie pojęcia siatki bezpieczeństwa i infrastruktury krytycznej
- wymienia zadania i kompetencje władz państwowych oraz samorządowych w zakresie obronności
- wyjaśnia podstawowe zasady międzynarodowego prawa humanitarnego
- analizuje wartość odżywczą produktów żywnościowych, np. na podstawie informacji o ich składzie umieszczanych przez producenta na opakowaniu
- definiuje pojęcie wskaźnika masy ciała (BMI) i potrafi określić, do czego on służy
- ocenia własne zachowania związane ze zdrowiem; ustala indywidualny plan działania na rzecz własnego zdrowia
- ocenia własne zachowania związane ze zdrowiem, ustala indywidualny plan działania na rzecz własnego zdrowia
- wyjaśnia praktyczne sposoby przeciwdziałania panice
- wyjaśnia znaczenie odporności psychicznej dla normalnego funkcjonowania społecznego, ze szczególnym uwzględnieniem zagrożeń kryzysowych
- podaje medialnie znane przykłady ataków na cyberbezpieczeństwo instytucji państwa, szczególnie jego infrastrukturę krytyczną
- zna znaczenie pojęć :
 - CSIRT GOV, CSIRTMON/ CSIRT NASK
 - definiuje alerty CRP na terenie Polski
 - opisuje zadania Wojsk Obrony Cyberprzestrzeni
 - opisuje zasady polityki cyberbezpieczeństwa RP
 - analizuje zasady cyberbezpieczeństwa wynikające z polityki sojuszniczej NATO
- wyjaśnia praktyczne przeznaczenie przeprowadzania częściowej i/ lub całkowitej rozbiórki broni
- wylicza podstawowe środki do konserwacji broni
- koryguje skuteczność kolejnych strzałów, obserwując zachowanie celu

Celujący (6)

Uczeń:

- redaguje treść komunikatu ostrzegawczego o zbliżającym się (wybranym) zagrożeniu dla miejscowości, w której mieszka
- należy do społecznych podmiotów współpracujących z systemami Państwowego Ratownictwa Medycznego lub Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego
- uczestniczył w pozaszkolnych formach rywalizacji w ratownictwie medycznym
- należy do młodzieżowych struktur OSP, WOPR lub innych formacji ratowniczych
- jest uczniem tzw. klas mundurowych
- uczestniczył w pozaszkolnych formach rywalizacji z zakresu obrony cywilnej, ochrony p.poż. lub zarządzania kryzysowego
- rozróżnia stopnie wojskowe i policyjne
- rozróżnia stopnie Państwowej Straży Pożarnej
- jest aktywnym członkiem organizacji skautowych lub proobronnych
- jest członkiem grup rekonstrukcyjnych, klubów historyczno-kolekcjonerskich itp.
- doskonalili się w wybranej dyscyplinie (sporcie) przydatnej w zakresie obronności kraju (sporty walki, strzelectwo, lekkoatletyka, biegi na orientację, jeździectwo, sporty motorowe i motorowodne, pływanie, nurkowanie, spadochroniarstwo, survival, bushcraft, prepersing itp.)
- układa własny, zbilansowany jadłospis na tydzień

- proponuje zestaw ćwiczeń i aktywności ruchowej, dostosowany do własnych możliwości, na wybraną porę roku
- jest uczestnikiem zorganizowanych form sportu, rekreacji lub wypoczynku (np. klub, sekcja)
- wyjaśnia praktyczne zastosowanie zasady „3F”, czyli „uciekaj, schowaj się, walcz”
- opisuje sposoby wymienionych przez siebie środków podręcznych, które zwiększają szanse przetrwania
- wyjaśnia znaczenie pojęć survival i prepping
- opisuje podział kompetencji we współdziałaniu podmiotów układu militarnego i pozamilitarnego
- opisuje prawne konsekwencje przeprowadzenia cyberataku
- definiuje wybrane pojęcia z zakresu cyberbezpieczeństwa (hacking, IPR, phishing, Spyware, Dos, DDos, streaming)
- razi cel przynajmniej trzema trafieniami (3/10)
- uzyskuje odpowiednie skupienie przestrzelin na tarczy (zależnie od rodzaju broni i dystansu strzelania)
- usuwa przyczyny zacięcia się broni
- stosuje „wskaźnik bezpieczeństwa”
- wyjaśnia wpływ rodzaju przyrządów celowniczych i rodzaju amunicji na efekty strzelania

Michał Bobrowski
Podpis nauczyciela/nauczycieli