

Treści kształcenia i wychowania
V.2. Dla edukacji systematycznej

temat	zagadnienia związane z realizacją programu	przewidywane osiągnięcia uczniów	uwagi
Poziom 4 (klasa 4)			
1. Bezpieczeństwo w szkole – rodzaje alarmów	<ul style="list-style-type: none"> - rodzaje zagrożeń w szkole (pożar, wtargnięcie, atak bombowy, katastrofa) - sygnały alarmowe i ich znaczenie; - zachowanie się podczas pożaru i ewakuacji; - zachowanie się w czasie ataku terrorystycznego; - prezentacja drogi ewakuacyjnej w szkole, 	<ul style="list-style-type: none"> - zna drogę p. pożarową; - odpowiednio reaguje na różne sygnały alarmowe ; - potrafi zgłosić pożar; - umie wezwać Straż Pożarną; - wie, jak właściwie zachować się podczas pożaru lub ataku lub katastrofy); - rozumie, dlaczego należy przestrzegać poleceń nauczyciela; - potrafi spokojnie opuścić zagrożone miejsce ; 	Godz. Z wychowawcą
2. Zastąpienie, utrata przytomności, zadławienia .	<ul style="list-style-type: none"> -zastąpienie i nagła utrata przytomności, zadławienia – przyczyny, możliwe skutki i pierwsza pomoc -pozycja dwu- i cztero kończynowa, pozycja boczna/bezpieczna; - pierwsza pomoc w przypadku zadławienia 	<ul style="list-style-type: none"> -wie jak zachować w przypadku zastąpienia i utraty przytomności; -potrafi ocenić stan poszkodowanego -potrafi ułożyć poszkodowanego w pozycji bocznej/bezpiecznej -potrafi zastosować pozycje dwu- lub cztero kończynową i wie kiedy należy to zrobić; -potrafi udzielić pierwszej pomocy w przypadku zadławienia; 	1 h
3. Uwaga! Wypadek!	<ul style="list-style-type: none"> - zachowanie się w miejscach wypadku, - ocena miejsca wypadku - wzywanie pogotowia ratunkowego - nauka rozmowy przez telefon z pogotowiem ratunkowym - przygotowanie dzieci do wykonania prostych czynności ratowniczych 	<ul style="list-style-type: none"> - potrafi ocenić stan poszkodowanego - potrafi zgłosić wypadek - zna numer pogotowia ratunkowego - posiada umiejętność korzystania z telefonów alarmowych i wie, jak prowadzić rozmowę z pogotowiem ratunkowym - potrafi udzielić właściwej pomocy poszkodowanemu: zastosować metodę WSC (widzę, słyszę, czuję) oraz go uspokoić 	1 h
4. Oparzenia i przegrzanie	<ul style="list-style-type: none"> -przyczyny i rodzaje oparzeń, skutki przegrzania, udar cieplny i słoneczny; -pierwsza pomoc w przypadku poparzenia – 	<ul style="list-style-type: none"> -potrafi udzielić pierwszej pomocy w przypadku oparzenia termicznego, słonecznego (I i II stopnia); 	1 h

Treści kształcenia i wychowania
V.2. Dla edukacji systematycznej

	<p>słonecznego, termicznego, chemicznego;</p> <p>-pierwsza pomoc w przypadku udaru cieplnego lub słonecznego;</p>	<p>-wie jak należy się zachować w przypadku poparzenia chemicznego;</p> <p>-wie jak należy się zachować by uniknąć udaru cieplnego i słonecznego;</p> <p>-potrafi udzielić pierwszej pomocy osobie z udarem cieplnym lub słonecznym;</p>	
5. Wychłodzenie i odmrożenia	<p>-przyczyny i skutki wychłodzenia;</p> <p>-hipotermia;</p> <p>-odmrożenia i ich skutki;</p>	<p>-wie jak uniknąć wychłodzenia i odmrożeń;</p> <p>-potrafi udzielić pierwszej pomocy osobie z odmrożeniami I i II stopnia, wie co należy zrobić w przypadku głębszych odmrożeń;</p>	1 h
6. Bezpieczne wakacje	<p>- zachowanie bezpieczeństwa podczas wakacji spędzonych w górach, w lasach, nad wodą;</p> <p>- zagrożenia na jakie mogą natrafić uczniowie podczas wakacji i sposoby unikania ich;</p> <p>- omówienie zasad bezpiecznej kąpieli;</p> <p>- jak rozpoznać miejsce, w którym nie można się kąpać?</p> <p>- niebezpieczeństwo skakania do wody w miejscach niedozwolonych;</p>	<p>- dba o bezpieczeństwo swoje i innych podczas wakacyjnych podróży;</p> <p>- potrafi unikać zagrożeń jakie czekają: w górach, w lesie, nad wodą;</p> <p>- jest świadomy różnych niebezpieczeństw;</p> <p>- dostrzega zasadność korzystania z kąpielisk strzeżonych;</p> <p>- wie, że należy pływać w stroju do tego przystosowanym;</p> <p>- rozumie, że nie należy pływać gdy się jest zmęczonym i w czasie burzy;</p> <p>- wie, że nie wolno wchodzić do wody, gdy miejsce jest oznakowane czerwoną lub czarną flagą;</p>	Godz. Z wychowawcą.
Poziom 5 (klasa 5)			
1. Bezpieczeństwo w szkole – rodzaje alarmów	<p>- rodzaje zagrożeń w szkole (pożar, wtargnięcie, atak bombowy, katastrofa)</p> <p>- sygnały alarmowe i zachowanie się podczas pożaru i ewakuacji;</p> <p>- zachowanie się w czasie ataku terrorystycznego;</p> <p>- prezentacja drogi ewakuacyjnej w szkole;</p> <p>- wzywanie straży pożarnej;</p> <p>- sposoby gaszenia pożaru;</p>	<p>- zna drogę p. pożarową;</p> <p>- odpowiednio reaguje na różne sygnały alarmowe;</p> <p>- potrafi zgłosić pożar;</p> <p>- umie wezwać Straż Pożarną;</p> <p>- wie, jak właściwie zachować się podczas pożaru lub ataku lub katastrofy);</p> <p>- rozumie, dlaczego należy przestrzegać poleceń nauczyciela</p>	Godz. Z wychowawcą

Treści kształcenia i wychowania
V.2. Dla edukacji systematycznej

		<ul style="list-style-type: none"> - potrafi spokojnie opuścić zagrożone miejsce; - wie, gdzie w szkole umieszczony jest sprzęt gaśniczy; 	
2. Układ oddechowy i układ krążenia człowieka	<ul style="list-style-type: none"> -układ oddechowy i układ krążenia i ich funkcjonowanie oraz znaczenie dla zachowania zdrowia i życia; 	<ul style="list-style-type: none"> -wie jak funkcjonuje układ krążenia i układ oddechowy człowieka; -potrafi rozpoznać czy człowiek ma zachowane krążenie i czy oddycha; -wie, jak udzielić pomocy oddechowej; Wie co może spowodować zatrzymanie oddychania i krążenia i jakie mogą być tego skutki; 	1 h (przyroda)
3. Łańcuch przeżycia	<ul style="list-style-type: none"> - czynności ratujące życie - ustalenie, ogniw łańcucha przeżycia - ćwiczenia praktyczne na manekinach; - defibrylacja i RKO 	<ul style="list-style-type: none"> - potrafi powiedzieć, co to jest łańcuch przeżycia ; - potrafi wymienić wszystkie czynności, które składają się na łańcuch przeżycia ; - wie, które czynności wchodzące w skład łańcucha może wykonać samodzielnie; - pamięta o szybkim wezwaniu pomocy, o tym jak należy to zrobić; -wie do czego służy AED, gdzie należy go szukać i jak użyć; 	1 h
4. Zatrzymanie krążenia - resuscytacja	<ul style="list-style-type: none"> - przywracanie i utrzymanie drożności dróg oddechowych - omówienie sytuacji kiedy należy wykonywać oddechy ratownicze i uciski klatki piersiowej poszkodowanego - zaprezentowanie i pokaz na manekinie prawidłowo wykonanej resuscytacji krążeniowo- oddechowej - ćwiczenia w parach na manekinach 	<ul style="list-style-type: none"> - potrafi ocenić, kiedy należy wykonać oddechy ratownicze - potrafi wykonać prawidłowe oddechy ratownicze - wie, że oddechy należy wykonywać powoli i spokojnie - pamięta że należy udzielić pomocy oddechowej - potrafi prawidłowo odnaleźć miejsce ucisku - wie, że uciski należy wykonywać mocno i szybko - wie, że oddechy ratownicze i uciskanie klatki piersiowej można ćwiczyć tylko na manekinie 	1 h
5. Urazy, krwawienia.	<ul style="list-style-type: none"> -przyczyny urazów i krwawień; 	<ul style="list-style-type: none"> -potrafi rozpoznać krwawienie wewnętrzne, wie 	1h

Treści kształcenia i wychowania
V.2. Dla edukacji systematycznej

	<ul style="list-style-type: none"> - rodzaje urazów (złamanie, skręcenie, zwichnięcie, złamanie otwarte); - tamowanie krwawienia; opatrywanie ran; -skutki nadmiernego i niezatamowanego krwawienia; -krwawienie wewnętrzne; 	<ul style="list-style-type: none"> co należy zrobić w takim przypadku; -wie czym różni się złamanie od zwichnięcia czy skręcenia; -potrafi unieruchomić złamaną kończyną za pomocą prostych, dostępnych środków; -potrafi zatamować krwawienie, założyć prosty opatrunek; -wie jak postępować w przypadku złamania otwartego; 	
6. w nagłych przypadkach	<ul style="list-style-type: none"> -pierwsza pomoc przy epilepsji, zasłabnięciu z powodu gorąca, podejrzeniu zawału, wypadku drogowego, oparzeniu; -przypomnienie, utrwalenie postaw; 	<ul style="list-style-type: none"> -wie, jak można pomóc osobie dotkniętej atakiem epilepsji; -wie jak można pomóc osobie która zasłabnie z powodu gorąca; -wie jakie są objawy zawału, co należy w takim przypadku zrobić by pomóc poszkodowanemu; -wie jak zachować się , jak pomóc w sytuacji wypadku drogowego; 	1h
Poziom 6 (klasa 6)			
1. Bezpieczeństwo w szkole – rodzaje alarmów	<ul style="list-style-type: none"> - rodzaje zagrożeń w szkole (pożar, wtargnięcie, atak bombowy, katastrofa) - sygnały alarmowe i zachowanie się podczas pożaru i ewakuacji; - zachowanie się w czasie ataku terrorystycznego; - prezentacja drogi ewakuacyjnej w szkole; - wzywanie straży pożarnej; - sposoby gaszenia pożaru; 	<ul style="list-style-type: none"> - zna drogę p. pożarową; - odpowiednio reaguje na różne sygnały alarmowe; - potrafi zgłosić pożar; - umie wezwać Straż Pożarną; - wie, jak właściwie zachować się podczas pożaru lub ataku lub katastrofy); - rozumie, dlaczego należy przestrzegać poleceń nauczyciela - potrafi spokojnie opuścić zagrożone miejsce; -wie, gdzie w szkole umieszczony jest sprzęt gaśniczy, jak należy go używać; 	Godz. Z wychowawcą
2.3. Zatrzymanie krążenia - resuscytacja	<ul style="list-style-type: none"> - przywracanie i utrzymanie drożności dróg oddechowych - omówienie sytuacji kiedy należy wykonywać oddechy ratownicze i uciski klatki piersiowej poszkodowanego 	<ul style="list-style-type: none"> - potrafi ocenić, kiedy należy wykonać oddechy ratownicze - potrafi wykonać prawidłowe oddechy ratownicze 	2 h

Treści kształcenia i wychowania
V.2. Dla edukacji systematycznej

	<ul style="list-style-type: none"> - zaprezentowanie i pokaz na manekinie prawidłowo wykonanej resuscytacji krążeniowo- oddechowej - ćwiczenia w parach na manekinach 	<ul style="list-style-type: none"> - wie, że oddechy należy wykonywać powoli i spokojnie - pamięta że należy udrożnić drogi oddechowe - potrafi prawidłowo odnaleźć miejsce ucisku - wie, że uciski należy wykonywać mocno i szybko - wie, że oddechy ratownicze i uciskanie klatki piersiowej można ćwiczyć tylko na manekinie 	
4. Bezpieczeństwo podczas ferii zimowych	<ul style="list-style-type: none"> - zasady bezpieczeństwa na stoku, podczas zimowego wypoczynku; -lawiny; -zaczadzenie; 	<ul style="list-style-type: none"> -wie jak zachować zasady bezpieczeństwa na stoku; -wie jak zachować się by uniknąć lawiny, jak można pomóc sobie i innym w przypadku zejścia lawiny; -wie jak uniknąć zaczadzenia; -potrafi udzielić pierwszej pomocy, wezwać pomoc w przypadku podejrzenia zaczadzenia; 	Godz. Z wychowawcą
5.Porażenie prądem elektrycznym	<ul style="list-style-type: none"> -porażenie prądem elektrycznym i piorunami- przyczyny, skutki; -pierwsza pomoc osobom porażonym prądem lub piorunem; -zachowania bezpieczne podczas burz; 	<ul style="list-style-type: none"> -wie jak zachować bezpieczeństwo by nie ulec porażeniu prądem lub piorunem; -potrafi właściwie zachować się i udzielić pierwszej pomocy osobie porażonej prądem, zachowując własne bezpieczeństwo; -potrafi ocenić stan poszkodowanego; -wie co należy zrobić w przypadku porażenia piorunem; 	1 h
6.Pomoc tonącym	<ul style="list-style-type: none"> -bezpieczne zachowania nad wodą, przy kąpieliskach, akwenach wodnych; -wyciąganie tonących z wody; -przypomnienie zasad RKO; 	<ul style="list-style-type: none"> -wie, jak zachować się bezpiecznie nad wodą; -rozumie zasadność korzystania z kąpielisk strzeżonych, sprawdzonych; -wie jak można pomóc tonącemu, zachowując przy tym własne bezpieczeństwo; -wie jak udzielić pierwszej pomocy poszkodowanemu; 	1 h