

EDUKACJA DLA BEZPIECZEŃSTWA. Plan realizacji materiału wraz z planem wynikowym

Autor Jarosław Słoma. II etap edukacyjny (klasa VIII szkoły podstawowej)

Modyfikacja – Agnieszka Czerska Pawlak

Szkoła Podstawowa nr 2 z Oddziałami Dwujęzycznymi w Łukowie. Rok szkolny 2019/2020

Nr lekcji	Temat	Zagadnienia – materiał nauczania	Oczekiwanie wiadomości i umiejętności Uczeń:	Nr zagadnienia podstawy programowej	Kompetencja	Poziom wymagań
ROZDZIAŁ I. BEZPIECZEŃSTWO PAŃSTWA						
1		<ul style="list-style-type: none"> – główne obszary tematyczne realizowane w ramach edukacji dla bezpieczeństwa – struktura nauczania przedmiotu – ocenianie przedmiotowe (PSO) – podręcznik – metody, formy i środki dydaktyczne – zainteresowania i uzdolnienia w obrębie przedmiotu – źródła wiedzy pozapodręcznikowej 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia przesłanki przemawiające za realizacją przedmiotu – wymienia główne obszary tematyczne w ramach przedmiotu – wymienia główne metody pracy rekomendowane w obrębie przedmiotu – przedstawia zasady oceniania z przedmiotu – wskazuje najpopularniejsze źródła wiedzy pozapodręcznikowej – wylicza przykłady form rozwoju swoich zainteresowań i uzdolnień korelujących z problematyką przedmiotu – przedstawia konstrukcję i omawia ogólną zawartość podręcznika do nauki przedmiotu 		1 6	PP PP PP P PP P P
2	Bezpieczny obywatel, bezpieczny naród, bezpieczne państwo	<ul style="list-style-type: none"> – definicja bezpieczeństwa – bezpieczeństwo jako stan i jako proces – rodzaje bezpieczeństwa – podstawowe pojęcia związane z bezpieczeństwem państwa – podmioty odpowiedzialne za bezpieczeństwo państwa i jego obywateli 	<ul style="list-style-type: none"> – definiuje bezpieczeństwo – wymienia rodzaje bezpieczeństwa – wymienia rodzaje i dziedziny bezpieczeństwa państwa – definiuje pojęcia ochrony i obrony narodowej – wymienia podmioty odpowiedzialne za bezpieczeństwo kraju i jego obywateli 	I.1	1 6	P P P PP P

3	Bezpieczeństwo Polski w stosunkach międzynarodowych	<ul style="list-style-type: none"> – znaczenie geopolitycznych uwarunkowań położenia Polski i kształtowaniu jej bezpieczeństwa w ciągu dziejów i obecnie – filary współczesnego bezpieczeństwa Polski – polska aktywność na arenie międzynarodowej w zakresie zachowania bezpieczeństwa (relacje wielostronne, regionalne i dwustronne) – wybrane zagrożenia dla bezpieczeństwa międzynarodowego 	<ul style="list-style-type: none"> – opisuje geopolityczne położenie Polski – omawia wybrane aspekty tego położenia dla bezpieczeństwa narodowego – omawia historyczną ewolucję modelu bezpieczeństwa Polski – opisuje rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski – wymienia przykłady polskiej aktywności na rzecz zachowania bezpieczeństwa (w ONZ, OBWE, NATO) – wymienia wybrane zagrożenia dla bezpieczeństwa we współczesnym świecie 	I.2 I.3 I.4 I.5		P P PP P PP P
ROZDZIAŁ II. POSTĘPOWANIE W SYTUACJACH ZAGROŻEŃ						
4	Źródła zagrożeń	<ul style="list-style-type: none"> – rodzaje zagrożeń (naturalne, spowodowane działalnością człowieka oraz społeczne) – postępowanie zapobiegawcze – podmioty działające na rzecz zwalczania skutków zagrożeń – system ratownictwa w Polsce – numery alarmowe, Europejski Numer Alarmowy 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia przykłady nadzwyczajnych zagrożeń – dokonuje podziału zagrożeń ze względu na źródło ich pochodzenia – omawia sposoby przeciwdziałania zagrożeniom – wymienia podmioty działające na rzecz zwalczania skutków zagrożeń i tworzące system ratownictwa w Polsce – wymienia numery alarmowe w Polsce i przypisuje je odpowiednim służbom – poszczególnym podmiotom ratowniczym przypisuje odpowiednie zadania 	II.1 II.4 II.5 II.6 II.7	1 5 6 7	P P P P P PP
5	Ostrzeżenie o zagrożeniach i alarmowanie	<ul style="list-style-type: none"> – system wykrywania skażeń i alarmowania – środki alarmowe i sygnały alarmowe – rodzaje alarmów i komunikatów ostrzegawczych i sposoby ich ogłaszania – zasady zachowania się po ogłoszeniu alarmu lub usłyszeniu komunikatu ostrzegawczego – przeciwdziałanie panice 	<ul style="list-style-type: none"> – charakteryzuje działanie i zadania systemu wykrywania skażeń i alarmowania – wymienia środki alarmowe podstawowe i zastępcze – rozróżnia sygnały alarmowe – wymienia rodzaje komunikatów ostrzegawczych – omawia sposób ogłaszania i odwołania alarmów – opisuje sposób zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu lub wydaniu komunikatu ostrzegawczego – wymienia sposoby przeciwdziałania panice 	II.1 II.2 II.3 II.7	1 5 6 7	PP P P P P P P

6	Ewakuacja	<ul style="list-style-type: none"> - definicja ewakuacji - stopnie ewakuacji - rodzaje ewakuacji (planowa, doraźna, samoewakuacja) - zasady zachowania podczas ewakuacji z budynku - wybrane znaki ewakuacyjne i informacyjne - szkolna instrukcja ewakuacji - ewakuacja z terenów zagrożonych - zasady zaopatrzenia w wodę i żywność w czasie ewakuacji - ewakuacja zwierząt 	<ul style="list-style-type: none"> - wyjaśnia termin „ewakuacja” i omawia jej znaczenie - rozróżnia rodzaje i stopnie ewakuacji - opisuje sposób zachowania się podczas ewakuacji z budynku - rozpoznaje znaki ewakuacyjne i informacyjne - zna szkolną instrukcję ewakuacji - omawia zasady ewakuacji ludności i zwierząt z terenów zagrożonych - opisuje sposób zaopatrywania w wodę i żywność podczas ewakuacji - uzasadnia znaczenie przeciwdziałania panice i podporządkowania się poleceniom służb ratowniczych 	II.2 II.3 II.7	1 5 6 7	P PP P P P PP PP
7	Zagrożenia pożarowe	<ul style="list-style-type: none"> - przyczyny pożarów - zasady postępowania podczas pożaru - podręczny sprzęt gaśniczy i zasady jego rozmieszczania w budynkach - obsługa gaśnic i hydrantów wewnętrznych - gaszenie odzieży płonącej na człowieku oraz zarzewia ognia - wybrane znaki ochrony przeciwpożarowej 	<ul style="list-style-type: none"> - wymienia główne przyczyny pożarów - opisuje zasady postępowania po dostrzeżeniu pożaru - omawia przeznaczenie podręcznego sprzętu gaśniczego i jego rozmieszczenie np. w szkole - opisuje sposób obsługi gaśnic i hydrantu wewnętrznego - rozpoznaje znaki ochrony przeciwpożarowej - wyjaśnia, jak gasić zarzewie ognia i odzież płonąca na człowieku 	II.2 II.7	1 5 6 7	P P P P P PP
8	Zagrożenia powodziowe	<ul style="list-style-type: none"> - przyczyny powodzi - ochrona przeciwpowodziowa w Polsce - pogotowie przeciwpowodziowe i alarm powodziowy - zasady zachowania się podczas powodzi i po opadnięciu wód powodziowych - zapasy na wypadek powodzi 	<ul style="list-style-type: none"> - wymienia główne przyczyny powodzi - wymienia zadania państwa w zakresie ochrony przeciwpowodziowej - wyjaśnia, jak należy się zachowywać w czasie powodzi - opisuje zasady postępowania po opadnięciu wód powodziowych - 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 	II.2 II.7	1 5 6 7	P P P PP P P

9	Ekstremalne warunki pogodowe	<ul style="list-style-type: none"> – charakterystyka zagrożenia i zasady postępowania podczas: <ul style="list-style-type: none"> • intensywnych opadów śniegu • ekstremalnie niskich temperatur • upałów • wichur • gwałtownych burz 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia pogodowe zagrożenia dla bezpieczeństwa człowieka – opisuje praktyczne sposoby przeciwdziałania zagrożeniom podczas intensywnych opadów śniegu oraz ekstremalnie niskich temperatur – omawia sposoby ochrony przed niszczącymi skutkami upałów, wichury i gwałtownych burz 	II.2 II.7		P P P
10	Wypadki i katastrofy komunikacyjne. Uwolnienie niebezpiecznych substancji chemicznych	<ul style="list-style-type: none"> – przyczyny wypadków komunikacyjnych i zagrożenia towarzyszące tym wypadkom – postępowanie ratownicze na miejscu wypadku komunikacyjnego – oznaczenia pojazdów przewożących niebezpieczne substancje (tablice ADR) – postępowanie po uwolnieniu się niebezpiecznych substancji chemicznych 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia główne przyczyny wypadków komunikacyjnych – opisuje zagrożenia towarzyszące tym wypadkom – wymienia czynności, które należy wykonać, aby ocenić sytuację na miejscu zdarzenia, i stosuje tę wiedzę w praktyce – omawia sposoby zapewnienia bezpieczeństwa uszkodzonym, ratownikowi, osobom postronnym i w miejscu zdarzenia – omawia podstawowe zasady postępowania ratownika w miejscu zdarzenia (wypadek komunikacyjny) – opisuje zasady kodowania informacji na tablicach ADR – opisuje zasady zachowania się po uwolnieniu substancji toksycznych 	II.2 II.7	1 5 6 7	P PP P P PP P
11	Zagrożenia terrorystyczne	<ul style="list-style-type: none"> – przyczyny współczesnego terroryzmu – najczęstsze formy aktów terroru – zasady zachowania się podczas ataku terrorystycznego lub bezpośrednio po nim: <ul style="list-style-type: none"> • strzelanina • sytuacja zakładnicza • atak bombowy • atak gazowy • podejrzana przesyłka 	<ul style="list-style-type: none"> – omawia genezę i formy współczesnych aktów terroru – opisuje zasady zachowania się na wypadek: <ul style="list-style-type: none"> • strzelaniny • znalezienia się w sytuacji zakładniczej • ataku bombowego • ataku gazowego • otrzymania podejrzonej przesyłki – rozumie konieczność powiadamiania służb porządkowych (policji, straży miejskiej) o podejrzenie zachowujących się osobach lub podejrzanym przedmiotach zauważonych w miejscach publicznych 	II.2 II.7	1 5 6 7	PP P P
ROZDZIAŁ III. PODSTAWY PIERWSZEJ POMOCY						
12	Podstawowe wiadomości	<ul style="list-style-type: none"> – pierwsza pomoc – definicja i zakres – obowiązek (prawny i moralny) udzielania 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia termin „pierwsza pomoc” – określa prawny i moralny obowiązek niesienia 	B B, E		PP P

	z zakresu pierwszej pomocy	<p>pierwszej pomocy</p> <ul style="list-style-type: none"> – podstawy anatomii i fizjologii człowieka: <ul style="list-style-type: none"> • układ oddechowy • układ krążenia • układ nerwowy – stan nagłego zagrożenia zdrowotnego – przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia 	<p>pomocy poszkodowanym</p> <ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia rolę układów: krążenia, nerwowego, oddechowego w utrzymaniu podstawowych funkcji życiowych – wyjaśnia pojęcie „stan nagłego zagrożenia zdrowotnego” – opisuje przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia – wyjaśnia znaczenie czasu podczas udzielania pierwszej pomocy 	B	1 5 6	P PP P P
13	Postępowanie w miejscu zdarzenia	<ul style="list-style-type: none"> – bezpieczeństwo: <ul style="list-style-type: none"> • świadka • ratownika • poszkodowanych • miejsca zdarzenia – środki ochrony osobistej dla ratownika – bezpieczne zdejmowanie rękawiczek jednorazowych – wzywanie profesjonalnej pomocy, adekwatnie do zaistniałego zdarzenia – numery alarmowe, treść komunikatu – aplikacje telefoniczne przydatne w ratownictwie – transport poszkodowanych 	<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 – wskazuje sposób zabezpieczenia się ratownika w kontakcie z poszkodowanym – demonstruje bezpieczny sposób zdejmowania rękawiczek jednorazowych – poprawnie konstruuje komunikat wzywający pomoc fachową – podaje numery alarmowe – podaje przykład aplikacji na telefon pomocnej w udzielaniu pierwszej pomocy – opisuje wybrane sposoby transportu osób przytomnych i nieprzytomnych 	A A C C, E A A B	1 5 6 7	P P P P PP PP
14–15	Pomoc osobie nieprzytomnej	<ul style="list-style-type: none"> – łańcuch przeżycia – rola świadka zdarzenia – nagłe zatrzymanie krążenia (NZK) – ocena: <ul style="list-style-type: none"> • bezpieczeństwa miejsca zdarzenia • przytomności poszkodowanego • stanu poszkodowanego (schemat ABC) – przyczyny i objawy utraty przytomności – udrażnianie dróg oddechowych ocena oddechu – pozycja bezpieczna – ochrona termiczna i kontrolowanie stanu poszkodowanego – pierwsza pomoc w przypadku omdlenia 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia pojęcie „nagle zatrzymanie krążenia” – opisuje ogniwa łańcucha przeżycia – ocenia bezpieczeństwo miejsca wypadku – ocenia stan świadomości poszkodowanego – wymienia objawy utraty przytomności – ocenia stan poszkodowanego wg schematu ABC – udrażnia drogi oddechowe (ręcznym czoło–żuchwa) – wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej – sprawdza, czy poszkodowany oddycha – układa poszkodowanego nieprzytomnego, ale oddychającego, w pozycji bezpiecznej – zapewnia poszkodowanemu ochronę termiczną – umiejętnie stosuje folię NRC 	B B C, E C, E A C, E C, E B, C C, E C, E C C, E	1 5 6 7	P PP P P P P P P P P

			<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia, kiedy można zastosować odwrócony schemat CAB – wymienia główne przyczyny omdlenia – charakteryzuje objawy zwiastujące omdlenie – udziela pierwszej pomocy w przypadku omdlenia 	<p>B, C</p> <p>A</p> <p>B</p> <p>C, E</p>		<p>PP</p> <p>PP</p> <p>PP</p> <p>PP</p>
16–17	Resuscytacja krążeniowo-oddechowa	<ul style="list-style-type: none"> – definicja resuscytacji krążeniowo-oddechowej – przyczyny i typowe objawy NZK – podstawowe zabiegi resuscytacyjne u dorosłych, dzieci i niemowląt (algorytm) – obsługa automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED) z zaznaczeniem potrzeby wczesnego użycia urządzenia podczas RKO 	<ul style="list-style-type: none"> – definiuje pojęcie „resuscytacja krążeniowo-oddechowa” – opisuje znaczenie RKO w akcji ratowniczej – wymienia warunki i czynniki zapewniające realizację RKO na wysokim poziomie skuteczności – omawia algorytm ratowniczy RKO u dorosłych i dzieci – wykonuje pełen cykl RKO na manekinie dorosłego i niemowlęcia (samodzielnie i w parze) – stosuje środki ochrony osobistej podczas wykonywania RKO – opisuje działanie i obsługę automatycznego defibrylatora zewnętrznego – przedstawia zalety zastosowania AED w akcji ratowniczej 	<p>A</p> <p>B, E</p> <p>A</p> <p>B</p> <p>C</p> <p>C</p> <p>B, E</p> <p>B, E</p>	<p>1</p> <p>5</p> <p>6</p> <p>7</p>	<p>PP</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p>
18	Apteczka pierwszej pomocy	<ul style="list-style-type: none"> – rodzaje apteczek pierwszej pomocy (wygląd, zawartość, rozmieszczenie) – wyposażenie apteczki pierwszej pomocy (podstawy prawne, przeznaczenie): <ul style="list-style-type: none"> • samochodowej • domowej • turystycznej – zastępcze i doraźnie improwizowane materiały opatrunkowe 	<ul style="list-style-type: none"> – omawia przeznaczenie i podstawowe typy apteczek pierwszej pomocy – wylicza przedmioty wchodzące w skład apteczki pierwszej pomocy: <ul style="list-style-type: none"> • samochodowej • turystycznej • domowej – opisuje zasady doboru i przechowywania składników apteczki pierwszej pomocy – proponuje improwizowane środki opatrunkowe, zależnie od rodzaju zranienia 	<p>B</p> <p>A, B</p> <p>B</p> <p>B, C, F</p>	<p>1</p> <p>5</p> <p>6</p> <p>7</p>	<p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p>

19-20	Tamowanie krwotoków	<ul style="list-style-type: none"> – rodzaje ran i krwotoków – środki ochrony indywidualnej w kontakcie z płynami ustrojowymi – zakładanie opatrunku osłaniającego i uciskowego w obrębie kończyn – praktyczne sposoby opatrywania ran w zależności od miejsca zranienia 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia pojęcia: rana, krwotok, opatrunek uciskowy, opatrunek osłaniający – wykonuje w obrębie kończyny opatrunki uciskowe i osłaniające – wymienia rodzaje krwotoków i charakteryzuje je – stosuje rękawiczki ochronne podczas opatrywania ran – bezpiecznie zdejmuje rękawiczki ochronne – wykonuje opatrunek zależnie od miejsca zranienia (inne niż kończyna) – demonstruje sposób tamowania krwotoku z nosa 	<p>A</p> <p>C, E</p> <p>A, B</p> <p>C, E</p> <p>C</p> <p>C, F</p> <p>C</p>	<p>1</p> <p>5</p> <p>6</p> <p>7</p>	<p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p>
21-22	Złamania i zwichnięcia	<ul style="list-style-type: none"> – typowe objawy urazów kości i stawów oraz ich rodzaje – opatrywanie złamań, skręceń i zwichnięć – sposoby unieruchamiania kończyn – zastosowanie chusty trójkątnej – postępowanie ratownicze w przypadku urazów kręgosłupa – zapobieganie urazom przy pracy, w sporcie i podczas rekreacji 	<ul style="list-style-type: none"> – wyjaśnia pojęcia: złamanie, zwichnięcie, skręcenie – zna i stosuje zasady doraźnego unieruchomienia kości i stawów – zakłada temblak – omawia pryncypialne zasady postępowania w przypadku podejrzenia urazów kręgosłupa – opisuje najczęstsze okoliczności urazów kręgosłupa – podaje przykłady zapobiegania urazom w domu, w pracy, podczas rekreacji i w sporcie 	<p>B</p> <p>B, E</p> <p>C, E</p> <p>B</p> <p>B</p> <p>B, F</p>	<p>1</p> <p>5</p> <p>6</p> <p>7</p>	<p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p>
23-24	Oparzenia i odmrożenia	<ul style="list-style-type: none"> – oparzenia termiczne i chemiczne – okoliczności, objawy, pierwsza pomoc – udar słoneczny i udar cieplny – objawy, pierwsza pomoc – wychłodzenie i odmrożenie – przyczyny, pierwsza pomoc – zapobieganie oparzeniom (środowisko domowe, małe dzieci) 	<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 – demonstruje sposób schładzania oparzonej kończyny – proponuje skuteczne sposoby zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci 	<p>A</p> <p>B, C</p> <p>C, F</p> <p>D, F</p>	<p>1</p> <p>5</p> <p>6</p> <p>7</p>	<p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p>

25–26	Inne groźne przypadki	<p>– pierwsza pomoc w przypadku:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zadławienia • zawału serca • udaru mózgu • napadu padaczkowego • ciała obcego w oku • zatrucia • tonięcia • porażenia prądem • ukąszenia • użądlenia <p>– zapobieganie zadławieniom u dzieci</p>	<p>– omawia objawy oraz sposób udzielania pierwszej pomocy w przypadkach:</p> <ul style="list-style-type: none"> • zadławienia <ul style="list-style-type: none"> ▪ omawia schemat postępowania w przypadku zadławienia ▪ wykonuje na manekinie rękoczojny ratunkowe w przypadku zadławienia ▪ wymienia przykłady działań zapobiegających zadławieniu u małych dzieci • zawału serca • udaru mózgu • napadu padaczkowego • ciała obcego w oku • zatrucia • tonięcia • porażenia prądem • ukąszenia • użądlenia <p>– omawia sposoby zapewnienia bezpieczeństwa ratownika w wymienionych wypadkach</p>	B, E	1 5 6 7	P P PP PP PP PP P PP PP P
ROZDZIAŁ IV. PROFILAKTYKA ZDROWOTNA						

27–28	Zdrowie jako wartość. Zasady zdrowego stylu życia	<ul style="list-style-type: none"> – definicja zdrowia i jego rodzaje – czynniki mające wpływ na zdrowie – zależne i niezależne od człowieka – zachowania prozdrowotne oraz krótko- i długoterminowe konsekwencje ich zaniedbania – zachowania ryzykowne i ich konsekwencje – wyznaczniki i parametry stanu organizmu – źródła informacji o świadczeniach i usługach medycznych oraz o zdrowiu – indywidualny plan troski o zdrowie 	<ul style="list-style-type: none"> – definiuje zdrowie – wyjaśnia zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym a społecznym – wymienia czynniki mające wpływ na zdrowie i różnicuje je na takie, które są niezależne od człowieka, i takie, na które ma on całkowity wpływ – wymienia zachowania prozdrowotne – wymienia zachowania szkodliwe dla zdrowia (ryzykowne) i wskazuje te, które szczególnie często występują wśród nastolatków – opisuje przewidywane skutki zachowań korzystnych i niekorzystnych dla zdrowia, zarówno te krótko-, jak i długofalowe – określa rzetelne źródła informacji o zdrowiu oraz świadczeniach i usługach medycznych – wymienia wyznaczniki stanu ludzkiego organizmu i opisuje sposoby ich kontrolowania – analizuje i ocenia własne zachowania i możliwości związane ze zdrowiem – proponuje indywidualny plan żywieniowy, treningowy, program aktywnego wypoczynku oraz inne, istotne działania, sprzyjające jego prawidłowemu funkcjonowaniu w środowisku przyrodniczym i społecznym 	A B A A, E A B, E B, F A,C,F B, E B, E	1 5 6	PP PP PP P P PP P P P PP
29	Choroby cywilizacyjne	<ul style="list-style-type: none"> – podział i przykłady chorób cywilizacyjnych – przyczyny chorób cywilizacyjnych – wpływ stresu na zdrowie człowieka i sposoby walki z nim – profilaktyka chorób cywilizacyjnych oraz ich dotkliwe skutki społeczne – wybrane problemy zdrowia psychicznego (depresja, anoreksja, uzależnienia behawioralne) 	<ul style="list-style-type: none"> – wymienia główne choroby cywilizacyjne – wymienia główne przyczyny chorób cywilizacyjnych – wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie – proponuje zestaw działań łagodzących skutki stresu – omawia objawy depresji, anoreksji i uzależnień behawioralnych – proponuje sposoby zapobiegania chorobom cywilizacyjnym 	A A, B B D B D	1 5 6	PP PP P P PP PP

30-31	Komunikacja interpersonalna w trosce o zdrowie	<ul style="list-style-type: none"> - komunikacja werbalna i niewerbalna - elementy komunikacji niewerbalnej - strefy dystansu komunikacyjnego - zasady aktywnego słuchania - zakłócenia w komunikacji - bariery komunikacyjne - asertywność: <ul style="list-style-type: none"> - techniki asertywnego odmawiania - obrona własnych granic - negocjacje 	<ul style="list-style-type: none"> - omawia znaczenie prawidłowej komunikacji interpersonalnej - wyjaśnia znaczenie terminów „komunikacja werbalna” i „komunikacja niewerbalna” - wymienia i świadomie wykorzystuje elementy komunikacji niewerbalnej - charakteryzuje strefy dystansu komunikacyjnego - wymienia zasady aktywnego słuchania - wymienia najczęstsze zakłócenia w komunikacji interpersonalnej oraz bariery komunikacyjne - wymienia zasady asertywności - buduje komunikaty asertywne - odmawia stanowczo i z zachowaniem wysokiej kultury - proponuje rozwiązania spornych kwestii zgodnie z zasadami negocjacji 	<p>B, E</p> <p>B</p> <p>A,C,F</p> <p>B</p> <p>A</p> <p>A</p> <p>C, F</p> <p>C, F</p> <p>B, E</p>	<p>1</p> <p>6</p>	<p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>P</p> <p>PP</p>
33	Powtórzenie materiału – ćwiczenia w udzielaniu pierwszej pomocy.	<ul style="list-style-type: none"> - powtórzenie i utrwalenie wiadomości przekazanych w ramach poprzednich jednostek dydaktycznych - usystematyzowanie zdobytych wiadomości 	<ul style="list-style-type: none"> - potrafi udzielić pierwszej pomocy przedmedycznej - proponuje własne – alternatywne – rozwiązania - rozwija swoje zainteresowania w zakresie przedmiotu 	<p>B</p> <p>C, D</p> <p>D, F</p> <p>B</p> <p>D, E</p> <p>D</p> <p>D, F</p>	<p>1</p> <p>5</p>	<p>PP</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>P</p> <p>PP</p> <p>PP</p>