**Szczegółowy rozkład materiału klasa 8**

**I okres roku szkolnego 2021/2022**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Numer porządkowy lekcji** | **Numer**  **lekcji w podręczniku** | **Temat lekcji** | **Punkt podstawy programowej**  **Uczeń:** | **Liczba godzin na realizację** |
| **Dział 1. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc** | | | | |
| **1.** | – | **O czym będziemy się**  **uczyć na lekcjach EDB –**  **zasady bezpieczeństwa** | Cele z preambuły podstawy programowej:  7) rozbudzanie ciekawości poznawczej uczniów oraz motywacji do nauki;  12) zachęcanie do zorganizowanego i świadomego samokształcenia opartego na umiejętności przygotowania własnego warsztatu pracy;  13) ukierunkowanie ucznia ku wartościom. | 1 |
| **2.** | – | **Nasz klasowy kontrakt edukacyjny** | Cele z preambuły podstawy programowej:  7) rozbudzanie ciekawości poznawczej uczniów oraz motywacji do nauki;  12) zachęcanie do zorganizowanego i świadomego samokształcenia opartego na umiejętności przygotowania własnego warsztatu pracy;  13) ukierunkowanie ucznia ku wartościom. | 1 |
| **3.** | **1.** | **Istota udzielania pierwszej pomocy** | III.1) rozumie znaczenie podejmowania działań z zakresu udzielania pierwszej pomocy przez świadka zdarzenia oraz przedstawia jego rolę;  III.3) podaje przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach;  III.4) przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć. | 1 |
| **4.** | **2.** | **Łańcuch ratunkowy – nie masz prawa go zerwać** | III.2) zna zasady bezpiecznego postępowania w miejscu zdarzenia, w tym:  a) unikania narażania własnego zdrowia,  b) oceniania własnych możliwości,  c) rozpoznawania potencjalnych źródeł zagrożenia w kontakcie z poszkodowanym,  d) wskazywania sposobu zabezpieczenia się przed zakażeniem w kontakcie z krwią i płynami ustrojowymi, stosowania uniwersalnych środków ochrony osobistej;  III.3) podaje przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach;  III.5) potrafi rozpoznać osobę w stanie zagrożenia życia:  a) wyjaśnia pojęcie „stan zagrożenia życia”,  b) wskazuje przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia;  III.6) wie, jak prawidłowo wezwać pomoc:  a) wymienia nazwy służb ratunkowych i podaje ich numery alarmowe,  b) wskazuje, kiedy wezwać pomoc i w jaki sposób przekazać informacje o zdarzeniu;  III.7) podaje przykład aplikacji na telefon komórkowy wspierającej udzielanie pierwszej pomocy. | 1 |
| **5.** | **3.** | **Ocena stanu poszkodowanych** | III.5) potrafi rozpoznać osobę w stanie zagrożenia życia:  c) wyjaśnia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych;  III.8) zna zasady postępowania z osobą nieprzytomną:  a) wymienia objawy utraty przytomności,  b) ocenia przytomność poszkodowanego,  c) ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund),  d) wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej,  e) udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło – żuchwa;  III.9) systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej. | 1 |
| **6.** | **4.** | **Postępowanie podczas utraty przytomności i zasłabnięć** | III.8) zna zasady postępowania z osobą nieprzytomną:  a) wymienia objawy utraty przytomności,  b) ocenia przytomność poszkodowanego,  c) ocenia czynność oddychania u osoby nieprzytomnej (trzema zmysłami, przez okres do 10 sekund),  d) wyjaśnia mechanizm niedrożności dróg oddechowych u osoby nieprzytomnej,  e) udrażnia drogi oddechowe rękoczynem czoło–żuchwa;  III.9) systematycznie ponawia ocenę oddychania u osoby nieprzytomnej. | 1 |
| **7.** | **5.** | **Pierwsza pomoc w zaburzeniach oddychania i krążenia** | III.10) zna i wykonuje podstawowe czynności resuscytacji krążeniowo-oddechowej:  a) wyjaśnia pojęcie: nagłe zatrzymanie krążenia; wymienia jego oznaki,  b) wymienia warunki i czynniki zapewniające resuscytację wysokiej jakości,  c) omawia uniwersalny algorytm w nagłym zatrzymaniu krążenia,  d) wykonuje na manekinie uciski klatki piersiowej i sztuczne oddychanie samodzielnie i we współpracy z drugą osobą,  e) opisuje zastosowanie automatycznego defibrylatora zewnętrznego (AED) oraz wskazuje na jego znaczenie dla zwiększenia skuteczności akcji resuscytacyjnej. | 2 |
| **8.** | **6.** | **Ciała obce w organizmie** | III.11) wykonuje podstawowe czynności pierwszej pomocy w zadławieniu:  a) wyjaśnia pojęcie i mechanizm zadławienia,  b) omawia schemat postępowania w przypadku zadławienia,  c) wykonuje na manekinie rękoczyny ratunkowe w przypadku zadławienia,  d) wymienia przykłady działań zapobiegających zadławieniu u małych dzieci. | 1 |
| **9.** | **7.** | **Pierwsza pomoc w zranieniach, skaleczeniach i ranach** | III.12) zna wyposażenie apteczki pierwszej pomocy: wymienia przedmioty, jakie powinny znaleźć się w apteczce domowej, samochodowej, przygotowanej na wyprawę turystyczną;  III.13) zna zasady pierwszej pomocy w urazach kończyn:  a) wyjaśnia pojęcia: rana, krwotok,  b) wykonuje opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny,  e) bezpiecznie zdejmuje rękawiczki ochronne. | 2 |
| **10.** | **8.** | **Tamowanie krwotoków** | III.13) zna zasady pierwszej pomocy w urazach kończyn:  a) wyjaśnia pojęcia: rana, krwotok,  b) wykonuje opatrunek osłaniający na ranę w obrębie kończyny,  c) wyjaśnia, jak rozpoznać krwotok zewnętrzny,  d) wykonuje opatrunek uciskowy,  e) bezpiecznie zdejmuje rękawiczki ochronne. | 1 |
| **11.** | **9.** | **Urazy kości**  **i uszkodzenia stawów** | III.13) zna zasady pierwszej pomocy w urazach kończyn:  f) wyjaśnia pojęcie: złamanie,  g) stosuje zasady unieruchamiania doraźnego kości i stawów,  h) wymienia przykłady zapobiegania urazom w sporcie, w domu, w pracy. | 1 |
| **12.** | **10.** | **Wpływ wysokiej**  **temperatury na organizm człowieka** | III.14) rozumie, na czym polega udzielanie pierwszej pomocy w oparzeniach:  a) wyjaśnia pojęcie: oparzenie,  b) omawia zasady postępowania w przypadku oparzenia termicznego,  c) demonstruje metodę chłodzenia w przypadku oparzenia kończyny,  d) wymienia przykłady zapobiegania oparzeniom, ze szczególnym uwzględnieniem środowiska domowego i małych dzieci.  III.4) przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć. | 1 |
| **13.** | **11.** | **Wpływ niskiej temperatury na organizm człowieka** | III.4) przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć. | 1 |
| **14.** | **12.** | **Postępowanie**  **w sytuacjach zagrożenia życia i zdrowia** | III.3) podaje przykłady zagrożeń w środowisku domowym, ulicznym, wodnym, w przestrzeniach podziemnych, w lasach;  III.4) przedstawia metody zapewnienia bezpieczeństwa własnego, osoby poszkodowanej i otoczenia w sytuacjach symulowanych podczas zajęć;  III.5) potrafi rozpoznać osobę w stanie zagrożenia życia:  a) wyjaśnia pojęcie: stan zagrożenia życia,  b) wskazuje przyczyny i okoliczności prowadzące do szybkiego pogorszenia stanu zdrowia lub zagrożenia życia,  c) wyjaśnia rolę układu nerwowego, układu krążenia i układu oddechowego w utrzymywaniu podstawowych funkcji życiowych. | 1 |
| **II okres roku szkolnego 2021/2022** | | | | |
| **Numer porządkowy lekcji** | **Numer**  **lekcji w podręczniku** | **Temat lekcji** | **Punkt podstawy programowej**  **Uczeń:** | **Liczba godzin na realizację** |
| **Dział 2. Edukacja zdrowotna** | | | | |
| **15.** | **13.** | **Zdrowie i czynniki**  **je warunkujące** | IV.1) wyjaśnia zależności między zdrowiem fizycznym, psychicznym, emocjonalnym społecznym; wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie;  IV.2) wymienia zachowania, które sprzyjają zdrowiu (prozdrowotne) oraz zagrażają zdrowiu, oraz wskazuje te, które szczególnie często występują wśród nastolatków; odróżnia czynniki środowiskowe i społeczne (korzystne i szkodliwe), na które człowiek może mieć wpływ, od takich, na które nie może mieć wpływu;  IV.3) omawia krótkoterminowe i długoterminowe konsekwencje zachowań sprzyjających (prozdrowotnych) i zagrażających zdrowiu;  IV.4) dobiera i demonstruje umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa, zachowania asertywne, negocjowanie);  IV.5) wymienia rzetelne źródła informacji o zdrowiu, chorobach, świadczeniach i usługach zdrowotnych. | 1 |
| **16.** | **14.** | **Komunikacja**  **interpersonalna** | IV.4) dobiera i demonstruje umiejętności komunikacji interpersonalnej istotne dla zdrowia i bezpieczeństwa (odmowa, zachowania asertywne, negocjowanie);  IV.5) wymienia rzetelne źródła informacji o zdrowiu, chorobach, świadczeniach i usługach zdrowotnych;  IV.6) ocenia własne zachowania związane ze zdrowiem, ustala indywidualny plan działania na rzecz własnego zdrowia;  IV.7) ustala, co sam może zrobić, aby tworzyć warunki środowiskowe i społeczne, które są korzystne dla zdrowia (ochrona środowiska przyrodniczego, wsparcie społeczne, komunikacja interpersonalna, współpraca osób, instytucji i organizacji na rzecz zdrowia itp.). | 1 |
| **Numer porządkowy lekcji** | **Numer**  **lekcji w podręczniku** | **Temat lekcji** | **Punkt podstawy programowej**  **Uczeń:** | **Liczba godzin na realizację** |
| **Dział 3. Bezpieczeństwo państwa** | | | | |
| **17.** | **15.** | **Bezpieczne państwo** | I.1) zna i charakteryzuje podstawowe pojęcia związane z bezpieczeństwem państwa, rozumie istotę problemu bezpieczeństwa; wymienia składniki bezpieczeństwa państwa. | 1 |
| **18.** | **16.** | **Polska**  **a bezpieczeństwo**  **międzynarodowe** | I.2) jest zorientowany w geopolitycznych uwarunkowaniach bezpieczeństwa, wynikających z położenia Polski;  I.3) zna i przedstawia rolę organizacji międzynarodowych w zapewnieniu bezpieczeństwa Polski. | 1 |
| **Numer porządkowy lekcji** | **Numer**  **lekcji w podręczniku** | **Temat lekcji** | **Punkt podstawy programowej**  **Uczeń:** | **Liczba godzin na realizację** |
| **Dział 4. Działania w sytuacjach nadzwyczajnych zagrożeń** | | | | |
| **19.** | **17.** | **Ostrzeganie**  **i alarmowanie ludności**  **o zagrożeniach** | II.2) wymienia zasady ostrzegania ludności o zagrożeniach; rozróżnia poszczególne sygnały  alarmowe i środki alarmowe; omawia zasady właściwego zachowania się w razie uruchomienia sygnałów alarmowych;  II.4) omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do ich zaleceń. | 1 |
| **20.** | **18.** | **Zagrożenia**  **powodziowe** | II.4) omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do ich zaleceń;  II.5) wymienia przykłady zagrożeń środowiskowych, w tym zna zasady postępowania w razie: pożaru, wypadku komunikacyjnego, zagrożenia powodzią, intensywnej śnieżycy, uwolnienia niebezpiecznych środków chemicznych, zdarzenia terrorystycznego. | 1 |
| **21.** | **19.** | **Zagrożenia pożarowe** | II.4) omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do ich zaleceń;  II.5) wymienia przykłady zagrożeń środowiskowych, w tym zna zasady postępowania w razie:pożaru, wypadku komunikacyjnego, zagrożenia powodzią, intensywnej śnieżycy, uwolnienia  niebezpiecznych środków chemicznych, zdarzenia terrorystycznego. | 1 |
| **22.** | **20.** | **Zagrożenia związane**  **z działalnością**  **człowieka** | II.1) wymienia przykłady nadzwyczajnych zagrożeń (pochodzenia naturalnego i wywołanych przez człowieka);  II.3) przedstawia obowiązki ludności w sytuacjach wymagających ewakuacji;  II.4) omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; uzasadnia znaczenie bezwzględnego  stosowania się do ich zaleceń. | 1 |
| **23.** | **21.** | **Zagrożenia wywołane**  **substancjami**  **toksycznymi** | II.1) wymienia przykłady nadzwyczajnych zagrożeń (pochodzenia naturalnego i wywołanych przez człowieka);  II.4) omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do ich zaleceń;  II.5) wymienia przykłady zagrożeń środowiskowych, w tym zna zasady postępowania w razie: pożaru, wypadku komunikacyjnego, zagrożenia powodzią, intensywnej śnieżycy, uwolnienia  niebezpiecznych środków chemicznych, zdarzenia terrorystycznego. | 1 |
| **24.** | **22.** | **Ewakuacja z terenu**  **zagrożonego** | II.3) przedstawia obowiązki ludności w sytuacjach wymagających ewakuacji;  II.4) omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do ich zaleceń;  II.5) wymienia przykłady zagrożeń środowiskowych, w tym zna zasady postępowania w razie:  pożaru, wypadku komunikacyjnego, zagrożenia powodzią, intensywnej śnieżycy, uwolnienia  niebezpiecznych środków chemicznych, zdarzenia terrorystycznego. | 1 |
| **25.** | **23.** | **Zagrożenia**  **terrorystyczne** | II.4) omawia rolę różnych służb i innych podmiotów; uzasadnia znaczenie bezwzględnego stosowania się do ich zaleceń;  II.5) wymienia przykłady zagrożeń środowiskowych, w tym zna zasady postępowania w razie: pożaru, wypadku komunikacyjnego, zagrożenia powodzią, intensywnej śnieżycy, uwolnienia niebezpiecznych środków chemicznych, zdarzenia terrorystycznego. | 1 |