

MOKINIŲ ŽMOGAUS SAUGOS GEBĖJIMŲ RAIDA

1–2 klasės	3–4 klasės	5–6 klasės	7–8 klasės	9–10 klasės	11–12 klasės
Suaugusiųjų patiriamas vengia rizikingų situacijų ir/ar žmonių elgesio, kuris gali būti jam pavojingas	Vengia rizikingų situacijų ir/ar žmonių elgesio, kuris gali būti jam pavojingas	Stengiasi atsispirti provokacijai ir/ar spaudimui elgtis rizikingai ir pavojingai sveikatai ir gyvybei	Atsispiria provokacijai ir/ar spaudimui elgtis rizikingai ir žalingai sveikatai, vengia nesaugių situacijų	Atsispiria provokacijai ir/ar spaudimui elgtis rizikingai, žalingai sveikatai, garbingai pasitraukia iš socialinio spaudimo ir/ar pavojingų situacijų, prirėikus suteikia pagalbą pats arba ją išskviečia	Atsispiria spaudimui ir/ar provokacijai ir/ar elgtis rizikingai, žalingai sveikatai, padeda pasitraukti iš pavojingų situacijų kitiems, prirėikus suteikia pagalbą pats arba ją telkia
Padedamas suaugusiųjų atpažįsta artimiausioje aplinkoje pavojingas ir grėsmingas saugumui situacijas	Atpažįsta pavojingas ir grėsmingas saugumui situacijas įprastoje aplinkoje ir suaugusiųjų padedamas vertina jų sudėtingumą	Savarankiškai atpažįsta pavojingas ir grėsmingas saugumui situacijas; bando užkirsti kelią nelaimingiems atsitikimams	Ižvelgia pavojingas ir grėsmingas saugumui situacijas; bando užkirsti kelią nelaimingiems atsitikimams	Ižvelgia pavojingas ir grėsmingas saugumui situacijas, stengiasi užkirsti kelią nelaimingiems atsitikimams	Numato pavojingas ir grėsmingas saugumui situacijas, užkerta kelią nelaimingiems atsitikimams
Padedamas suaugusiųjų tinkamai elgiasi žinomose pavojingose situacijose	Skatinamas suaugusiųjų tinkamai elgiasi žinomose pavojingose situacijose ir iškilus netikėtam pavojui	Tinkamai elgiasi pavojingose situacijose ir iškilus netikėtam pavojui	Savarankiškai analizuoja ir vertina galimus pavojaus šaltinius; tinkamai elgiasi	Analizuoja galimus pavojus ir grėsmes, kylančias iš neatsakingos ir pavojingos ūkinės ir praktinės žmonių veiklos, tinkamai elgiasi	Analizuoja galimus pavojus ir grėsmes, kylančias iš neatsakingos mokslinės ir technologinės žmonių veiklos, tinkamai elgiasi
Padedamas suaugusiųjų susipažįsta ir bando laikytis saugos taisyklių ir naudotis būtinomis saugos priemonėmis	Skatinamas suaugusiųjų laikosi saugos taisyklių, naudojami būtinomis saugos priemonėmis	Laikosi saugos taisyklių, naudojami būtinomis saugos priemonėmis	Moka pasirinkti, pasinaudoti ir/ar kartais pasigaminti paprasčiausias saugos priemones	Savarankiškai ir aktyviai dalyvauja žmogaus saugos užtikrinimo veiklose; naudojami anksčiau įgyta patirtimi, pasirenka adekvačias pavojui saugos priemones ir būdus	Atsakingai ir racionaliai sprendžia saugos problemas įvairiose situacijose, suvokia ir įvertina pasekmes, prirėikus gali tapti jaunesniųjų klasių mokinių globėju ir imtis atsakomybės už saugą šeimoje ir bendruomenėje
Prirėikus moka paprašyti suaugusiųjų, kuriais pasitiki, pagalbos Žino bendrąjį pagalbos telefoną ir moka kreiptis pagalbos	Prirėikus moka paprašyti suaugusiųjų pagalbos; kartais pats bando suteikti pagalbą Moka kreiptis pagalbos į pagalbos tarnybas	Prirėikus moka paprašyti suaugusiųjų ir/ar tarnybų pagalbos, kartais pats gali ją suteikti	Nukentėjęs ir/ar teikdamas pagalbą bando laikytis asmens higienos ir sanitarinių reikalavimų	Nukentėjęs ir/ar teikdamas pagalbą laikosi asmens higienos ir sanitarinių reikalavimų	Nukentėjęs ir/ar teikdamas pagalbą laikosi asmens higienos ir sanitarinių reikalavimų Prirėikus pasirenka adekvačias būtiniosios pagalbos priemones ir būdus

**PRADINIO UGDYMO ŽMOGAUS SAUGOS BENDROSIOS PROGRAMOS
MOKINIŲ PASIEKIMAI, TURINIO APIMTYS**

1. Mokinių pasiekimai. 1–2 klasės:

Mokinių pasiekimai		
Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams		
Rūpintis savo saugumu ir sveikata.	1.1. Atpažinti pavojingas situacijas, elgtis apdairiai, saugoti save.	1.1.1. Apibūdinti, kas vaikams yra saugu ir kas – ne. Pateikti pavyzdžių.
Būti budriam ir atsargiam su nepažįstamais žmonėmis.	1.2. Išmanyti, kaip pačiam apsisaugoti nuo užpuolikų, plėšikų, pagrobėjų būnant namuose ar pakeliui į mokyklą.	1.2.1. Paaiškinti, kaip reikia elgtis, kai kalbina, kviečia pasivaikščioti ar pasivažinėti nepažįstamas žmogus. 1.2.2. Paaiškinti, kaip reikia elgtis ir kalbėti, kai skambina į duris ar telefonu nepažįstamas žmogus.
2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje		
Būti budriam lauke, kieme.	2.1. Saugiai elgtis žaidžiant kieme, lauke.	2.1.1. Paaiškinti, kokios nelaimės gali nutikti žaidžiant kieme, žaidimų aikštelėse ir kaip jų išvengti. 2.1.2. Apibūdinti saugaus elgesio žaidžiant kieme ypatumus ir pagrindines taisykles.
Rūpintis savo saugumu namie.	2.2. Saugiai elgtis buityje.	2.2.1. Atpažinti virtuvėje, svetainėje, vonioje slypinčius pavojus; paaiškinti, kaip galima jų išvengti. 2.2.2. Suformuluoti saugaus elgesio namie pagrindines taisykles.
Atsakingai elgtis gamtoje.	2.3. Saugiai elgtis gamtoje.	2.3.1. Paaiškinti, kaip elgtis, kad nepasiklystum miške. 2.3.2. Paaiškinti, ko vengti būnant prie vandens telkinio ir vandenyje. 2.3.3. Paaiškinti, kaip elgtis pradėjus žaibuoti esant pievoje, miške, maudantis arba esant valtyje, arba ant kranto.
Atsakingai elgtis aplinkoje, kurioje yra gyvūnų.	2.4. Laikytis pagrindinių higienos ir saugaus elgesio taisyklių aplinkoje, kurioje yra gyvūnų.	2.4.1. Išvardyti pagrindinius saugos ir higienos reikalavimus esant šalia gyvūno. 2.4.2. Paaiškinti, kaip derėtų elgtis su gyvūnais ir kaip elgtis pastebėjus netinkamą elgesį su jais. 2.4.3. Paaiškinti, kaip derėtų elgtis radus benamį gyvūną ir kai gyvūnas yra nukentėjęs.
3. Saugi elgsena eismo aplinkoje		
Jausti pagarbą kitiems eismo dalyviams.	3.1. Laikytis kelių eismo taisyklių.	3.1.1. Paaiškinti, kam reikalingos kelių eismo taisyklės. 3.1.2. Žinoti dažniausiai pasitaikančias pavojingas situacijas bei pagrindines eismo įvykių priežastis. 3.1.3. Apibūdinti, kaip saugiai elgtis eismo aplinkoje.

Rūpintis savo ir kitų saugumu.	3.2. Naudotis siūlomais pėsčiųjų ir keleivių saugaus eismo užtikrinimo būdais.	3.2.1. Paaiškinti, kaip saugaus eismo taisyklių laikymasis ir specialių saugumo priemonių – atšvaitų, saugos diržų, šalčių, kėdučių, liemenių, kitų saugos priemonių naudojimas – didina eismo ir žmonių saugumą.
	3.3. Iškviesti pagalbą įvykus eismo įvykiui.	3.3.1. Paaiškinti, kokiais atvejais dera kviešti pagalbą.
4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose		
Pasitikėti civilinės saugos ir gelbėjimo sistemos pajėgomis.	4.1. Iškviesti pagalbą bendruoju pagalbos telefonu 112 (vienas-vienas-du).	4.1.1. Paaiškinti, kokiais atvejais dera ir kuriais nedera skambinti bendruoju pagalbos telefono 112. 4.1.2. Nurodyti pavyzdžių, kada pagalba kviečiama bendruoju pagalbos telefono 112.
	4.2. Tinkamai elgtis namuose dingus elektrai.	4.2.1. Paaiškinti, ką daryti namie dingus elektrai. Paaiškinti, kodėl svarbu neišeiti iš namų dingus elektrai.
Suvokti gaisrą kaip gyvybei pavojingą reiškinį. Būti budriam ir atsargiam.	4.3. Tinkamai elgtis kilus gaisrui.	4.3.1. Paaiškinti gaisro keliamus pavojus žmonių gyvybei ir sveikatai. 4.3.2. Nurodyti galimas gaisro kilimo priežastis. 4.3.3. Nurodyti, kas (dūmai, liepsna ir karštis) gaisro metu kelia pavojų gyvybei ir sveikatai ir kaip nuo to apsaugoti.
Pasitikėti savimi ir saugiai elgtis.	4.4. Išmanyti, kaip saugiai elgtis perkūnijos, kaitros, speigo, audros, potvynio metu.	4.4.1. Paaiškinti, kokį pavojų žmonių sveikatai ir gyvybei gali sukelti gamtiniai reiškiniai.
5. Pirmoji pagalba		
Norėti padėti sau ir kitiems.	5.1. Kreiptis pagalbos ištikus nelaimėi.	5.1.1. Nurodyti, į ką reikia kreiptis pagalbos ištikus nelaimėi mokykloje ar namuose, kai nėra suaugusiųjų. 5.1.2. Pagal situaciją suformuluoti informaciją, kurią būtina pateikti, kviečiant pagalbą telefonu.
	5.3. Mokėti stabdyti kraujavimą iš nosies.	5.3.1. Paaiškinti, kaip stabdyti kraujavimą iš nosies.
	5.4. Mokėti elementariai sutvarkyti įdrėskimą, nubrozdinimą.	5.4.1. Paaiškinti, kaip nuvalyti žaizdelę įsidrėskus, nusibrozdinus.

2. Turinio apimtis. 1–2 klasės:

2.1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams. Grėsmę, riziką ar pavojų keliantys atvejai, kaip dera elgtis su nepažįstamaisiais ir neatsargaus elgesio pasekmės. Kokiose vietose, kokiose situacijose dažniausiai kyla pavojai asmens saugumui ir gyvybei, įvyksta nelaimingi atsitikimai, kyla grėsmė vaikų seksualiniam išnaudojimui ar prievartai.

2.2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje. Neatsargus elgesys ir nelaimingi atsitikimai buityje ir gamtoje: kokios grėsmės, kaip apsaugoti, kokios taisyklės. Kaip elgtis su gyvūnais: pagarba gyvybei ir meilė; atsargumas ir pagalba.

2.3. Saugi elgsena eismo aplinkoje. Eismo dalyvių elgesys ir atsakomybė, saugaus eismo taisyklės, kelio ženklai. Eismo įvykis: kaip iškviesti pagalbą telefonu.

2.4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose. Gaisrų priežastys. Kaip apsaugoti nuo gaisrų. Kaip elgtis užsidegus drabužiams. Kur kreiptis pagalbos kilus gaisrui.

2.5. Pirmoji pagalba. Į ką reikia kreiptis pagalbos ištikus nelaimei mokykloje, namie, kai nėra suaugusiųjų. Kaip sutvarkyti įdrėskimą, nubrozdinimą, sustabdyti kraujavimą iš nosies.

3. Mokinių pasiekimai. 3–4 klasės:

Mokinių pasiekimai		
Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams		
Susitvardyti, ieškoti saugaus sprendimo.	1.1. Stengtis kontroliuoti savo elgesį kilus grėsmei ir pavojui.	1.1.1. Žinoti, kaip elgtis ir į ką kreiptis iškilus grėsmei, pavojui.
	1.2. Mokėti pasakyti „ne“ ir atsispirti spaudimui elgtis nesaugiai.	1.2.1. Paaiškinti, kokiais būdais gali būti gundomi vaikai, kuo tai gresia. 1.2.2. Paaiškinti, kodėl svarbu mokėti pasakyti „ne“ ir elgtis saugiai.
2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje		
Rūpintis savo ir kitų saugumu.	2.1. Atpažinti pavojingas situacijas namuose ir laikytis saugaus elgesio taisyklių.	2.1.1. Paaiškinti, kokie pavojai ir grėsmės gali kilti namuose. 2.1.2. Apibūdinti saugų elgesį namuose iškilus grėsmei ir/ar pavojui.
	2.2. Saugiai elgtis su elektros prietaisais ir įrenginiais kieme, gatvėje, nepažįstamoje aplinkoje.	2.2.1. Paaiškinti, kokius pavojus kelia elektros įrenginiai, pastatai, buvimas jų teritorijose. 2.2.2. Paaiškinti, kokių veiksmų reikia ir kokių – galima imtis ir kur kreiptis, pastebėjus pavojingą situaciją (nukritusius elektros oro linijos laidus, išplėstas elektros įrangos dureles, vartelius).
Puoselėti gamtą kaip saugią aplinką.	2.3. Laikytis saugaus elgesio gamtoje taisyklių.	2.3.1. Išvardyti gamtoje gresiančius pavojus. 2.3.2. Paaiškinti, kokių veiksmų reikia, o kokių – galima imtis ir kur kreiptis, patekus į pavojingą situaciją gamtoje.
Jausti pagarbą bet kokios rūšies gyvūnų gyvybei bei atsakomybę už jo ir savo gyvybę, savo ir kitų asmenų sveikatos išsaugojimą bendraujant su gyvūnais.	2.4. Gerbti, globoti, rūpintis gyvūnais ir atsakingai elgtis su jais.	2.4.1. Žinoti pagrindines gyvūnų teises ir laisves. 2.4.2. Apibūdinti tinkamą elgesį su gyvūnais, kuris taptų žmogaus ir gyvūno saugumo pagrindu. 2.4.3. Apibūdinti naminio gyvūno šeimininko atsakomybę už naminio gyvūno poelgius, jo ir aplinkinių gerovę.
	2.5. Atpažinti pavojingas situacijas ir jų išvengti bendraujant su bet kokios rūšies gyvūnu.	2.5.1. Apibūdinti pavojus, kurie gali kilti netinkamai bendraujant su gyvūnu ir netinkamai jį prižiūrint. 2.5.2. Apibūdinti veiksmus siekiant išvengti pavojų bendraujant su bet kokios rūšies gyvūnu ir veiksmus siekiant išvengti pavojų dėl netinkamos gyvūno priežiūros. 2.5.3. Apibūdinti riziką užsikrėsti tarp gyvūnų plintančiomis ligomis bei įvardyti veiksmus, siekiant jos išvengti.
3. Saugi elgsena eismo aplinkoje		

Gerbti kitus eismo dalyvius. Jausti pareigą rūpintis savo ir aplinkinių saugumu eismo aplinkoje.	3.1. Stebėti artimąją eismo aplinką ir ją vertinti.	3.1.1. Paaiškinti eismo dalyvių tarpusavio pagarbos svarbą. 3.1.2. Įvardyti veiksnius, ribojančius eismo dalyvių saugumą.
	3.2. Veikti adekvačiai eismo situacijai.	3.2.1. Apibūdinti savo kaip eismo dalyvio veiksmus, kurie padėtų išvengti neigiamų pasekmių eismo aplinkoje. 3.2.2. Paaiškinti, kaip eismo automobilių keliais tvarka nusako dviratininkų eismą ir jo saugumą (pateikti pavyzdžių).
	3.3. Tinkamai ir teisingai naudotis eismo saugumą didinančiomis priemonėmis.	3.3.1. Apibūdinti priemones, didinančias eismo saugumą (atsvaitus, saugos diržus, šalmus ir kėdutes). 3.3.2. Pademonstruoti, kaip tinkamai ir teisingai jomis naudotis.
4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose		
Pasitikėti, kad pagalba bus suteikta.	4.1. Bendruoju pagalbos telefonu 112 iškviešti pagalbą.	4.1.1. Paaiškinti, kada reikia ir kada negalima skambinti bendruoju pagalbos telefonu 112. 4.1.2. Ką reikia žinoti kviečiant pagalbą bendruoju pagalbos telefonu 112.
Pasitikėti savo gebėjimais tinkamai pasielgti.	4.2. Atlikti būtinus veiksmus išgirdus kaukiančią garsinę civilinės saugos sireną.	4.2.1. Paaiškinti, ką reiškia kaukianti sirena, kokius ir kodėl reikia atlikti veiksmus išgirdus sirenos kauksmą.
Suvokti gaisrą kaip gyvybei pavojingą reiškinį. Jaustis atsakingam už savo saugumą.	4.3. Atlikti būtinus veiksmus kilus gaisrui.	4.3.1. Nurodyti galimas gaisro kilimo priežastis. 4.3.2. Paaiškinti, kodėl patartina namuose būtinai turėti dūmų jutiklius. 4.3.3. Paaiškinti, kodėl negalima nuo gaisro slėptis, kodėl negalima bėgti per dūmus, kaip elgtis užsidegus drabužiams. 4.3.4. Paaiškinti, kaip išeiti iš degančio namo. 4.3.5. Paaiškinti, kodėl negalima grįžti į degantį namą.
Pasirūpinti savo ir kitų saugumu atsiradus elektros srovės nuotėkiui.	4.4. Tinkamai elgtis atsiradus elektros srovės nuotėkiui.	4.4.1. Paaiškinti, ką galima ir reikia daryti esant elektros nuotėkiui ir ko daryti negalima.
Rūpintis saugiu elgesiu gamtos stichijos metu.	4.5. Adekvačiai elgtis pavojingo gamtinio reiškinio metu.	4.5.1. Nusakyti pagrindinius saugaus elgesio veiksmus iškilus pavojui gamtoje. 4.5.2. Paaiškinti, kaip elgtis užkluptam stichijos patalpose ar atvirose erdvėse. 4.5.3. Nurodyti, kokių pagrindinių veiksmų būtina imtis dėl gamtos stichijos dingus elektrai.
Rūpintis gamta ir savo saugumu.	4.6. Atpažinti gamtos taršą ir imtis saugumo priemonių.	4.6.1. Paaiškinti, kuo žmogui pavojinga užteršta gamta. 4.6.2. Kokių saugumo priemonių imtis esant užterštam orui, vandeniui, žemei.
Pasitikėti savimi ir savo gebėjimais	4.7. Tinkamai elgtis saugantis pagrobėjų, užpuolikų ir plėšikų.	4.7.1. Paaiškinti, kaip reikia elgtis, kai kalbina nepažįstamas žmogus. 4.7.2. Paaiškinti, kaip reikia kalbėti, kai skambina

tinkamai pasielgti. Vengti pavojingų vietų.		nepažįstamas žmogus. 4.7.3. Paaiškinti, kaip saugiai elgtis gatvėje tamsiu paros metu. 4.7.4. Paaiškinti, kaip elgtis užpuolus plėšikui.
5. Pirmoji pagalba		
Padėti sau ir kitiems ištikus nelaimei.	5.1. Kreiptis pagalbos ištikus nelaimei.	5.1.1. Nurodyti, į ką reikia kreiptis pagalbos ištikus nelaimei mokykloje. 5.1.2. Nurodyti, į ką reikia kreiptis pagalbos ištikus nelaimei namie ir kieme, kai nėra suaugusiųjų. 5.1.3. Pagal situaciją suformuluoti ir pateikti informaciją skambinant bendruoju pagalbos telefonu.
	5.2. Suteikti pirmąją pagalbą įsidrėkus, nusibrozdinus, įsijpovus, nusideginus, kraujuojant iš nosies, užspringus.	5.2.1. Išvardyti pirmosios pagalbos veiksmus įsidrėkus, nusibrozdinus, nusideginus, kraujuojant iš nosies, užspringus. 5.2.2. Parodyti sutartinį ženklą užspringus.
	5.3. Atpažinti pavojus, kuriuos gali sukelti elektra, ir suteikti pirmąją pagalbą.	5.3.1. Apibūdinti aplinkybes, galinčias sukelti elektros traumas. 5.3.2. Išvardyti pirmosios pagalbos veiksmus įvykio vietoje.

4. Turinio apimtis. 3–4 klasės:

4.1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams. Pavojingas elgesys ir jo pasekmės. Vietos, kur dažniausiai įvyksta nelaimingi atsitikimai. Aplinkos veiksniai ir nelaimingi atsitikimai. Elgesys, sukiantis grėsmę saugumui: neišsimiegame, skubame, rizikuojame, būname nedėmesingi, neatsargiai elgiamės su pavojingais daiktais, neatsargiai elgiamės su nepažįstamaisiais, kurie gali turėti kėslų seksualiai išnaudoti ar panaudoti seksualinę prievartą. Kaip išvengti vaikų seksualinio išnaudojimo ir seksualinės prievartos.

4.2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje. Neatsargus elgesys ir nelaimingi atsitikimai. Saugumo taisyklės likus vienam namuose. Žmonės ir gyvūnai: kuo panašūs, kuo skiriasi norėdami išvengti grėsmės ir pavojaus. Gyvūno šeimininko pareigos, gyvūnų ir aplinkinių saugumo užtikrinimas; žmogaus klaidos, dėl kurių jis nukenčia nuo agresyvaus naminio ar laukinio gyvūno, ir būdai jų išvengti; gyvūno priežiūros klaidos, dėl kurių aplinkiniai gali nukentėti nuo gyvūnų, ir būdai jų išvengti. Gyvūnų gerovė ir deramas elgesys radus sužalotą ar benamį gyvūną ir kur kreiptis nukentėjus nuo gyvūno.

4.3. Saugi elgsena eismo aplinkoje. Kelio ženklai, eismo dalyviai, saugaus eismo taisyklės. Avarija: kaip iškviesti pagalbą telefonu. Saugaus važiavimo dviračiu taisyklės; kaip prižiūrėti dviratį, kad važiavimas būtų saugus. Kaip išvengti nelaimingų atsitikimų važinėjanti dviračiu. Pavojingas elgesys ir jo pasekmės: neprisisegu saugos diržų; einu per gatvę bet kurioje vietoje; skubu; nežiūriu, kur einu; žaidžiu su degtukais; mėgstu žaisti prie apleistų pastatų; mielai bendrauju su nepažįstamaisiais; rodau triukus važinėdamas dviračiu; žaidžiu su aštriais peiliais; Vietos, kur dažniausiai įvyksta nelaimingi atsitikimai. Aplinkos faktoriai ir nelaimingi atsitikimai: skubantys automobiliai ir šlapi keliai; atviri elektros laidai; nesaugūs elektros prietaisai; aštrūs daiktai, užtaisyti šaunamieji ginklai; plonos medžių šakos; atviri langai.

4.4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose. Tarša ir aplinka: kaip atpažinti taršos šaltinius savo aplinkoje ir pašalinti pasekmes. Kaip teršiama aplinka: šiukšlės, nutekamieji vandenys. Oro užterštumas: kaip kontroliuoti. Vanduo, jo šaltiniai namuose ir gamtoje: švarus vanduo; vandens tarša. Gaisrų priežastys. Kaip apsaugoti nuo gaisrų. Kaip elgtis užsidegus drabužiams. Kur kreiptis pagalbos kilus gaisrui. Kokius nelaimingus atsitikimus ugnis gali sukelti namuose. Kokią žalą daro gaisras. Kokios dažniausios gaisrų namie priežastys: cigaretės ir degtukai; virtuvė, maisto

gaminimas, viryklė; lengvai užsidegantys skysčiai; elektros prietaisai. Kaip išvengti gaisrų namuose. Kaip užkirsti kelią gaisrams gamtoje. Žalingos gaisrų pasekmės.

4.5. Pirmoji pagalba. Kaip sustabdyti kraujavimą iš nosies. Pirmoji pagalba įsidrėskus, nusibrozdinus, nusideginus, kraujuojant iš nosies, užspringus. Atpažinti pavojus, kuriuos gali sukelti elektra, ir suteikti pirmąją pagalbą nuo jos nukentėjus.

**PAGRINDINIO UGDYMO ŽMOGAUS SAUGOS BENDROSIOS PROGRAMOS
MOKINIŲ PASIEKIMAI, TURINIO APIMTYS**

1. Mokinių pasiekimai. 5–6 klasės:

Mokinių pasiekimai		
Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams		
Prisiimti asmeninę atsakomybę už savo elgesį ir saugumą.	1.1. Skirti aplinkoje rizikos ir saugos stiprinimo, pavojų mažinimo, šalinimo veiksnius.	1.1.1. Paaiškinti sveikatos ir saugumo tarpusavio ryšį. 1.1.2. Pagrįsti žmogaus saugos mokymosi ir saugaus elgesio svarbą. 1.1.3. Paaiškinti, kokia yra saugi psichosocialinė aplinka (mokymosi ir poilsio sąlygos, santykiai su tėvais ir bendraamžiais).
Būti budriam, išlaikyti emocinę pusiausvyrą grupės spaudimo ir streso sąlygomis.	1.2. Atpažinti manipuliavimo ir grupinio spaudimo atvejus ir atsispirti bendraamžių daromam spaudimui elgtis nesaugiai.	1.2.1. Paaiškinti, kas yra grupinis spaudimas; keliais būdais galima pasakyti „ne“. 1.2.2. Pagrįsti pasirinktą priimtinausią ir įtaigiausią būdą, argumentuoti atsisakymą, pasiūlyti saugaus elgesio alternatyvą.
	1.3. Įveikti nerimą, stresą esant nepalankioms aplinkybėms, įvertinti stresą sukeliančias situacijas.	1.3.1. Apibūdinti nerimą ir stresą, streso trumpalaikį ir ilgalaikį poveikį saugai. 1.3.2. Žinoti tinkamus streso įveikimo/atsipalaidavimo būdus. 1.3.3. Nurodyti, kaip kartais saugumas priklauso nuo bendravimo sėkmės, nuo to, ar atsižvelgiama į kitą žmogų, jo elgesį ir situaciją.
2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje		
Pripažinti saugaus elgesio privalumus.	2.1. Saugiai elgtis kieme, lauke.	2.1.1. Paaiškinti, kokios nelaimės gali nutikti kieme, žaidimų aikštelėse. 2.1.2. Nusakyti saugaus elgesio kieme ypatumus ir pagrindines taisykles. Paaiškinti, kaip saugiai naudotis liftu. 2.1.3. Palyginti, kuo skiriasi saugus ir nesaugus elgesys kieme, lauke. 2.1.4. Paaiškinti kaip elgtis radus įtartina daiktą ar sprogmenį.
Būti atsakingam už savo sveikatą ir namų saugumą.	2.2. Saugiai elgtis namuose.	2.2.1. Apibūdinti buityje naudojamų gamtinių dujų, elektros, krosnių keliamus pavojus. 2.2.2. Išvardyti virtuvėje, svetainėje, vonioje esančius pavojus ir paaiškinti, kaip jų išvengti. 2.2.3. Paaiškinti saugaus elgesio namie taisykles.
Pažinti gamtinę aplinką ir joje slypinčius pavojus.	2.3. Saugiai elgtis gamtoje.	2.3.1. Paaiškinti, kada ir kodėl situacijos gamtoje yra pavojingos. 2.3.2. Paaiškinti, kaip elgtis iškilus pavojui gamtoje.

Jausti pagarbą gyvūnams ir atsakomybę už jų ir savo saugumą.	2.4. Prisiimti atsakomybę už naminių gyvūnų ir savo augintinio bei aplinkinių saugumą.	2.4.1. Nurodyti gyvūno šeimininko pareigas ir atsakomybę. 2.4.2. Pateikti pavyzdžių, kai pareigų nepaisymas gali turėti (ar turėjo) skaudžių pasekmių.
	2.5. Bendrauti su gyvūnais laikantis higienos reikalavimų.	2.5.1. Paaiškinti bendravimo su gyvūnais higienos reikalavimus. 2.5.2. Pateikti apsaugojimo nuo gyvūnų platinamų ligų pavyzdžių.
	2.6. Saugiai pasirūpinti rastu sužalotu ar benamiu gyvūnu.	2.6.1. Paaiškinti, kaip derėtų elgtis radus sužalotą ar benamį gyvūną.
	2.7. Vengti susidūrimų su agresyviu naminiu ar laukiniu gyvūnu, kreiptis pagalbos nukentėjus nuo gyvūno.	2.7.1. Žinoti pagrindines žmogaus klaidas, dėl kurių jis nukenčia nuo agresyvaus naminio ar laukinio gyvūno. 2.7.2. Paaiškinti, kaip derėtų elgtis ir kur kreiptis nukentėjus nuo gyvūno.
3. Saugi elgsena eismo aplinkoje		
Jausti pagarbą eismo dalyviams.	3.1. Atpažinti pavojus ir grėsmes, kylančius dėl eismo dalyvių elgesio ypatumų.	3.1.1. Apibūdinti menamą ar patirtą eismo įvykį: kaltininkas–priežastis–pasekmė. 3.1.2. Paaiškinti, kodėl svarbu pėsčiajam turėti atšvaitus.
Jausti pareigą rūpintis savo ir aplinkinių saugumu eismo aplinkoje.	3.2. Taikyti kelių eismo taisykles, susijusias su pėsčiųjų ir dviratininkų eismu.	3.2.1. Taisykles iliustruoti pavyzdžiais.
	3.3. Pasirinkti saugaus elgesio modelį eismo situacijoje.	3.3.1. Pagrįsti ir paaiškinti pasirinkimą.
	3.4. Vertinti ir koreguoti savo kaip eismo dalyvio elgesį.	3.4.1. Pateikti pavyzdžių iš patirties, kokiomis aplinkybėmis, kodėl ir kaip teigiamai keitėsi elgesys eismo aplinkoje.
4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose		
Pasitikėti civilinės saugos ir gelbėjimo sistemos pajėgomis.	4.1. Suformuluoti pagalbos poreikį ir iškviešti pagalbą bendruoju pagalbos telefonu 112.	4.1.1. Pasakyti, koku numeriu bus kviečiama pagalba, kokią informaciją reikia pasakyti kviečiantis pagalbos. 4.1.2. Išvardyti tarnybas, kurias galima išsikviesti bendruoju pagalbos telefonu 112, ir paaiškinti, kada reikia kviešti pagalbą. 4.1.3. Paaiškinti ir pagrįsti melagingų pagalbos kvietimų daromą žalą. 4.1.4. Įvertinti reikalingumą apie kilusią nelaimę perspėti kaimynus.
Pripažinti, kad žinios gali išsaugoti gyvybę.	4.2. Nurodyti, ką daryti išgirdus sirenų kauksmą.	4.2.1. Paaiškinti, kokiais atvejais kaukia sirenos. 4.2.2. Paaiškinti, ką reiškia kaukiančios garsinės civilinės saugos sirenos.
Traktuoti gaisrą kaip gyvybei pavojingą reiškinį.	4.3. Įvertinti gaisro keliamus pavojus žmonių gyvybei ir sveikatai.	4.3.1. Nurodyti gaisro neigiamą poveikį žmogaus organizmui. Paaiškinti, kas kelia didžiausią pavojų žmogaus gyvybei ir sveikatai. 4.3.2. Paaiškinti ir pagrįsti automatinio dūmų jutiklio reikalingumą ir jo įtaką gyvybės išsaugojimui, namuose kilus gaisrui.

Pažinti gaisrą kaip reiškinį.	4.4. Įvertinti palankias sąlygas kilti gaisrui.	4.4.1. Apibūdinti sąlygas, reikalingas kilti gaisrui. 4.4.2. Paaiškinti, ką reiškia „degimo trikampis“. 4.4.3. Pademonstruoti, kaip veikia „degimo trikampis“.
Pripažinti gaisrą kaip tikėtiną nelaimę.	4.5. Nurodyti galimas gaisro kilimo priežastis.	4.5.1. Paaiškinti, kad gaisrai gali kilti dėl netvarkingų elektros prietaisų, krosnių, žvakių. 4.5.2. Diskutuoti apie gaisro priežastis, kurios kyla dėl žmogaus kaltės. 4.5.3. Papasakoti, kaip saugiai įkurti laužą, uždegti krosnį, deginti žvakes.
Tikėti, kad nuo gaisro poveikio galima apsisaugoti. Rūpintis savo gyvybe ir sveikata.	4.6. Tinkamai elgtis kilus gaisrui.	4.6.1. Apibūdinti ir paaiškinti evakuacijos iš degančio pastato principus. 4.6.2. Žinoti, kada būtina evakuotis iš pastato ir kur yra evakuaciniai išėjimai (mokykloje, namuose). 4.6.3. Paaiškinti, kaip elgtis, jeigu gaisras kilo kambaryje, kuriame esate/ gretimame kambaryje/kaimyniniame bute daugiaaukščiame pastate. 4.6.4. Nurodyti susitikimo vietas, į kurias reikia ateiti po evakuacijos iš pastato (mokyklos, namų). 4.6.5. Paaiškinti, kaip elgtis pradėjus degti drabužiams, kaip naudotis gesintuvais. 4.6.6. Paaiškinti, ką daryti nusideginus.
Būti atidžiam grėsmėms, kurias gali kelti gamtinė aplinka. Tikėti žmogaus galimybe apsisaugoti nuo gamtinių grėsmių.	4.7. Tinkamai elgtis gresiant ar nutikus gamtinio pobūdžio ekstremaliajai situacijai.	4.7.1. Apibūdinti galimas gamtinio pobūdžio nelaimės, keliančias pavojų žmonių sveikatai ir gyvybei, jų turtui ir aplinkai. 4.7.2. Apibūdinti, kokios grėsmės kyla užkluptam stichijos. 4.7.3. Apibūdinti pagrindinius saugaus elgesio veiksmus gamtos sukultoje ekstremalioje situacijoje.
Pripažinti ekologinės nelaimės galimybę ir žalą žmonių sveikatai, gyvybei ir aplinkai.	4.8. Apibūdinti ekologinės nelaimės sąvoką ir jos sukeltus pavojus.	4.8.1. Paaiškinti, kas yra ekologinė nelaimė. 4.8.2. Įvardyti keletą galimų ekologinių nelaimių priežasčių. 4.8.3. Apibūdinti pagrindinius saugaus elgesio veiksmus žmogaus sukultoje ekstremalioje situacijoje.
Pasitikėti savo gebėjimais tinkamai pasielgti gresiant užpuolimui.	4.9. Saugotis užpuolikų ir apiplėšimų.	4.9.1. Apibūdinti namie esančio vieno vaiko saugaus elgesio ypatumus. 4.9.2. Apibūdinti saugų elgesį gatvėje tamsiu paros metu vengiant užpuolimo.
Tikėti savimi ir žmonių geranoriškumu.	4.10. Tinkamai elgtis pasimetus mieste, minioje.	4.10.1. Paaiškinti, į ką kreiptis pagalbos pasimetus mieste. 4.10.2. Paaiškinti saugaus elgesio minioje taisykles.
5. Pirmoji pagalba		

Padėti kitam ištikus nelaimę.	5.1. Suteikti pirmąją pagalbą susižeidus, užspringus, apsinuodijus.	5.1.1. Išvardyti pirmosios pagalbos veiksmus susižeidus; kaip sustabdyti išorinį kraujavimą, parinkti tvarstį. 5.1.2. Parodyti sutartinę ženklą užspringus. Išvardyti veiksmų seką teikiant pirmąją pagalbą užspringus. 5.1.3. Apibūdinti požymius ir pirmosios pagalbos veiksmus apsinuodijus.
	5.2. Atpažinti pavojus, kuriuos gali sukelti elektra, ir suteikti pirmąją pagalbą.	5.2.1. Apibūdinti aplinkybes, galinčias sukelti elektros traumas. 5.2.2. Išvardyti pirmosios pagalbos veiksmus įvykus elektros traumai.
	5.3. Atpažinti nušalimo ir šilumos smūgio požymius ir suteikti pirmąją pagalbą.	5.3.1. Apibūdinti, kaip karštis ar šaltis veikia organizmą ir kaip apsisaugoti nuo šilumos smūgio ar nušalimo. 5.3.2. Apibūdinti pirmosios pagalbos veiksmus ištikus šilumos smūgiui ar nušalus rankoms ir kojoms.
	5.4. Atpažinti būdingus kaulų lūžių požymius ir suteikti pirmąją pagalbą.	5.4.1. Apibūdinti skirtingų kaulų lūžių požymius. 5.4.2. Apibūdinti pirmosios pagalbos veiksmus esant rankų ir kojų kaulų lūžiams.

2. Turinio apimtis. 5–6 klasės:

2.1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams. Teigiamas savęs vertinimas/savigarba. Ryšys tarp pojūčių, jausmų ir elgesio. Stresas. Streso šaltiniai namuose, mokykloje, bendraujant su bendraamžiais. Kūno reakcijos ir emocijos, kylančios streso metu. Kaip įveikti stresą: tinkami ir netinkami būdai. Pasirengimas grėsmingoms oro ir aplinkos sąlygoms (audros, karščiai, šalčiai, liūtys, rūkas, plikledis). Kaip bendruomenė gali spręsti aplinkos saugumo problemas ir padidinti vaikų saugumą.

2.2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje. Neatsargus elgesys ir nelaimingi atsitikimai. Saugumo taisyklės, likus vienam namie, radus įtartina daiktą ar sprogmenį. Žmonės ir gyvūnai: kuo panašūs, kuo skiriasi, tenkindami savo saugumo poreikius. Gyvūnų teisės, globėjų pareigos. Smurtas ir seksualinė prievarta: poveikis vaikams; veiksniai, skatinantys žiaurumą, kokios įstaigos užsiima prevencija.

2.3. Saugi elgsena eismo aplinkoje. Kelio ženklai, eismo dalyviai, saugaus eismo taisyklės. Avarija: kokie interesai ir poreikiai susikerta; kaip iškviešti pagalbą telefonu. Saugaus važiavimo dviračiu taisyklės; kaip prižiūrėti dviratį, kad važiavimas būtų saugus. Kaip išvengti nelaimingų atsitikimų važinėjant dviračiu.

2.4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose. Evakuacija iš pastato (mokyklos, namų). Tarša ir aplinka: kaip atpažinti taršos šaltinius savo aplinkoje ir pašalinti pasekmes. Kaip teršiama aplinka: šiukšlės, nutekamieji vandenys. Oro užterštumas: kaip kontroliuoti. Vanduo, jo šaltiniai namie ir gamtoje: švarus vanduo; vandens tarša. Gaisrų priežastys. Kaip apsisaugoti nuo gaisrų. Kaip elgtis užsidegus drabužiams, kaip naudotis gesintuvais. Kur kreiptis pagalbos kilus gaisrui. Kokius nelaimingus atsitikimus ugnis gali sukelti namuose. Gaisro daroma žala. Kokios dažniausios gaisrų namie priežastys: cigaretės ir degtukai; virtuvė, maisto gaminimas, viryklė; lengvai užsidegantys skysčiai; elektros prietaisai. Kaip išvengti gaisrų namuose. Kaip užkirsti kelią gaisrams gamtoje. Žalingos gaisrų pasekmės. Kaip susijusi aplinka ir sveikata. Kokios profesijos susijusios su sveikos aplinkos propagavimu ir apsauga: kokias matote aplinkos apsaugos problemas ir kaip tas problemas galima spręsti.

2.5. Pirmoji pagalba. Kaip sustabdyti kraujavimą iš nosies. Pagalba sutrikus kvėpavimui: kada sutrinka kvėpavimas, kokia žala, kokių priemonių imtis. Ką gali padaryti pats, kas gali suteikti profesionalią pagalbą. Kokiais atvejais reikia skubiai kviešti pagalbą. Dirbtinis kvėpavimas. Kaip

elgtis lengvai susižalojus buityje. Kuo skiriasi pagalba avarinėje situacijoje ir pirmoji pagalba. Gelbėjimo įgūdžiai avarinėje situacijoje: pagalba esant stipriam kraujavimui, šokui, apsinuodijimo požymiams. Pirmoji pagalba grėsmės gyvybei nekeliančiose situacijose: įkandimai, įpjovimai, sutrenkimai, sumušimai, nesmarkiai nudegus, susižalojus akį, esant lūžiui.

3. Mokinių pasiekimai. 7–8 klasės:

Mokinių pasiekimai		
Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams		
Būti budriam, stengtis kontroliuoti negatyvių emocijų raišką.	1.1. Atpažinti ir kontroliuoti emocijas ir jausmus, sukeliančius nesaugų elgesį.	1.1.1. Apibūdinti pojūčius ir jausmus, lemiančius saugų/nesaugų elgesį ir susijusius su fiziologiniais ir emociniais paauglystės pokyčiais. 1.1.2. Paaiškinti brendimo ypatumus ir suprasti šiam amžiaus tarpsniui būdingų emocijų kaitą. 1.1.3. Remiantis pavyzdžiais paaiškinti, kaip natūraliai kylančios, bet nekontroliuojamos neigiamos emocijos gali padaryti žalos pačiam žmogui ir aplinkai. Susieti negatyvių emocijų raiškos pavyzdžius su saugiu elgesiu.
Rūpintis savo saugumu, elgtis principingai dėl saugos.	1.2. Pasirinkti ir sąmoningai planuoti saugos priemones įvairioms veikloms.	1.2.1. Paaiškinti saugos stiprinimo ir palaikymo būdus bei priemones. 1.2.2. Apibrėžti svarbiausius kriterijus, pagal kuriuos sudaromas saugos priemonių planas.
	1.3. Įvertinti su saugumu susijusio sprendimo pasekmes ir veiksmingumą.	1.3.1. Įvardyti kliūtis, kurios gali trukdyti priimti saugumui palankų sprendimą. 1.3.2. Nusakyti, kaip ir kokiais būdais ugdant saugumą keičiasi asmenybės nuostatos ir elgesys.
2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje		
Pripažinti buitinių cheminių medžiagų pavojingumą sveikatai ir siekti išvengti apsinuodijimų jomis.	2.1. Saugiai naudotis buitinėmis cheminėmis medžiagomis.	2.1.1. Paaiškinti buityje naudojamų cheminių medžiagų keliamus pavojus. 2.1.2. Pažinti pavojingumo simbolius ir juos apibūdinti. Suprasti ir paaiškinti saugos etiketėje esančią informaciją. 2.1.3. Paaiškinti, kaip išvengti apsinuodijimų cheminėmis medžiagomis. 2.1.4. Įvardyti veiksmus, būtinus esant cheminiam nudegimui, apsinuodijus žinomais ir nežinomais chemikalais.
Rūpintis savo ir kitų žmonių saugumu.	2.2. Apsisaugoti nuo žalingo aplinkos poveikio.	2.2.1. Apibūdinti žmogaus organizmo galimybes prisitaikyti. 2.2.2. Nurodyti mikroorganizmų plitimo būdus, apsaugos nuo jų priemones, biologinių pavojų atsiradimo priežastis. 2.2.3. Remiantis pavyzdžiais paaiškinti,

		<p>kaip žmogus netinkamu elgesiu gali pakenkti sau. Susieti šiuos pavyzdžius su saugiu elgesiu.</p>
	2.3. Pasirinkti ir saugiai naudoti kūno priežiūros priemonės.	<p>2.3.1. Pagrįsti, kaip teisingai pasirinkti ir naudoti asmens higienos ir kosmetikos gaminius.</p> <p>2.3.2. Paaiškinti saulės spindulių daromą įtaką sveikatai.</p> <p>2.3.3. Paaiškinti, kokį pavojų sveikatai gali kelti soliariumai.</p>
Vengti susižaloti.	2.4. Laikytis saugaus elgesio taisyklių sportuojant.	2.4.1. Paaiškinti pagrindines saugaus elgesio taisykles sportuojant.
Saugoti savo sveikatą ir gyvybę.	2.5. Saugiai naudotis civilinėmis pirotechnikos priemonėmis.	<p>2.5.1. Paaiškinti, kaip saugiai naudotis (saugoti, leisti) civilinėmis pirotechnikos priemonėmis.</p> <p>2.5.2. Nurodyti, kokie saugūs atstumai turi būti nuo leidžiamų fejerverkų iki juos stebinčių žmonių.</p>
	2.6. Saugiai naudotis elektros prietaisais, atsakingai elgtis šalia elektros tinklų.	<p>2.6.1. Naujoje nepažįstamoje aplinkoje (keliaujant, atostogaujant) atpažinti nesaugiai prijungtus prietaisus. Žinoti, kaip elgtis juos pastebėjus.</p> <p>2.6.2. Paaiškinti, kas yra įžeminimas, kam jis reikalingas.</p> <p>2.6.3. Paaiškinti, kas yra ir kuo pavojingas elektros tinklo perkrovimas.</p> <p>2.6.4. Paaiškinti, kokius darbus, susijusius su elektra, galima atlikti patiems ir kaip saugiai tai padaryti. Paaiškinti elektros prietaisų instrukcijų svarbą.</p> <p>2.6.5. Paaiškinti trumpojo jungimosi atsiradimo priežastis, galimas pasekmes.</p> <p>2.6.6. Paaiškinti, kaip saugiai elgtis elektros tinklų apsaugos zonose.</p>
Jausti pareigą rūpintis savo, savo augintinio bei aplinkinių saugumu.	2.7. Prisiimti pareigas laikyti, globoti, saugiai elgtis su gyvūnais.	<p>2.7.1. Pagrįsti gyvūno socializacijos būtinumą ir įtaką savo ir visuomenės saugumui.</p> <p>2.7.2. Paaiškinti, kaip gyvūno fiziologinės ir/ar psichologinės savybės gali sukelti pavojų visuomenės saugumui.</p> <p>2.7.3. Pateikti pavyzdžių, kai pareigų nepaisymas gali turėti (ar turėjo) skaudžių pasekmių.</p>
	2.8. Laiku pastebėti pavojaus šaltinius aplinkoje, kurioje yra gyvūnas, ir išvengti pavojingų situacijų, neprovokuojant ir neskatinant gyvūnų agresyvumo.	<p>2.8.1. Paaiškinti gyvūnų agresyvaus elgesio priežastis ir pagrindines žmogaus bendravimo su gyvūnais klaidas.</p> <p>2.8.2. Pateikti keletą saugaus elgesio su gyvūnais būdų dažniausiai pasitaikančiose pavojingose situacijose.</p>

3. Saugi elgsena eismo aplinkoje		
Jausti pagarbą gyvybei, atsakomybę už jos išsaugojimą, racionalų išteklių naudojimą ir aplinkos apsaugą.	3.1. Apibūdinti rizikingas eismo situacijas.	3.1.1. Išvardyti veiksniai, nuo kurių priklauso eismo saugumas. 3.1.2. Suformuluoti elgesio principus, kurių laikantis eismo rizika mažėtų.
Jausti pagarbą kitiems eismo dalyviams nepriklausomai nuo amžiaus, lyties, rasės, socialinės padėties ir dalyvavimo eisme būdo.	3.2. Laiku pastebėti ir įvertinti pavojaus šaltinius.	3.2.1. Pateikti pavyzdžių, kai laiku pastebėjus pavojų buvo išvengta eismo įvykio. 3.2.2. Identifikuoti eismo dalyviams (pėstiesiems, keleiviams, vairuotojams) rizikingas eismo situacijas.
Jausti asmeninę atsakomybę už savo ir aplinkinių saugumą eismo aplinkoje.	3.3. Susidaryti adekvatų eismo situacijos vaizdinį.	3.3.1. Įvardyti eismo aplinkos sudedamąsias dalis ir potencialius pavojus. 3.3.2. Žinoti pagrindines eismo įvykių, kuriuose nukenčia pėstieji, dviratininkai, mopedų ir motorolerių vairuotojai, priežastis ir aplinkybes. 3.3.3. Apibūdinti ir palyginti palankų ir nepalankų eismo saugumui eismo dalyvio elgesį.
Tikėti galimybe savo veiksmais kurti saugesnę eismo aplinką.	3.4. Veikti adekvačiai turimai informacijai: pagrįstai priimti teisingą sprendimą ir jį įgyvendinti.	3.4.1. Žinoti eismo automobilių keliais tvarką, kiek ji susijusi su pėsčiųjų, dviratininkų, motorolerių vairuotojų eismu. 3.4.2. Žinoti saugaus eismo būdus dažniausiai pasitaikančiose pavojingose situacijose. 3.4.3. Būti susipažinus su pagrindinėmis saugaus eismo įgyvendinimo kryptimis ir būdais. 3.4.4. Paaiškinti ir pagrįsti sprendimą veikti eismo aplinkoje vienu ar kitu būdu.
	3.5. Įsivertinti savo elgesio eismo aplinkoje modelį.	3.5.1. Interpretuoti informaciją ir savo patirtį vertinant pakitusias eismo sąlygas ir naujas aplinkybes. 3.5.2. Apibūdinti elgesio pokyčius ir numatomas pasekmes.
4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose		
Pasitikėti civilinės saugos ir gelbėjimo sistemos pajėgomis.	4.1. Tinkamai elgtis išgirdus garsinio civilinės saugos signalo reikšmę.	4.1.1. Paaiškinti, kokiais atvejais gali būti jungiamas civilinės saugos garsinis signalas. 4.1.2. Nusakyti veiksmus, išgirdus garsinį civilinės saugos signalą.

Rūpintis išankstiniu pasirengimu galimoms nelaimėms.	4.2. Iš anksto pasirengti numatomai nelaimėi.	4.2.1. Paaiškinti, kodėl reikalinga iš anksto suplanuoti šeimos veiksmus nelaimės metu. 4.2.2. Išvardyti pagrindinius nelaimės atveju būtinai reikalingus daiktus. 4.2.3. Žinoti, kaip ir kur išjungiamo namo ar buto elektra, ir mokėti tai padaryti. 4.2.4. Savais žodžiais apibūdinti būtinus veiksmus nutrūkus elektros tiekimui.
Pripažinti laikino persikėlimo į saugią vietą svarbą.	4.3. Saugiai evakuotis į saugią teritoriją.	4.3.1. Išvardyti atvejus, kada gali būti reikalingas evakavimas(is) į saugią teritoriją. 4.3.2. Išvardyti veiksmus, kuriuos reikėtų atlikti prieš paliekant namus. 4.3.3. Išvardyti būtinus pasiimti daiktus. 4.3.4. Nurodyti, kur yra artimiausias evakavimo punktas.
Suvokti gaisrą, dujų nuotėkį, elektros srovės nuotėkį kaip žmogaus sveikatai ir gyvybei pavojingą reiškinį.	4.4. Atpažinti žmogaus sveikatai ir gyvybei pavojingas situacijas ir taikyti būdus jų išvengti.	4.4.1. Apibūdinti gaisro poveikį žmonių gyvybei ir sveikatai. Paaiškinti ugniagesių apsauginių kostiumų reikalingumą. 4.4.2. Nurodyti galimas gaisro priežastis ir būdus jo išvengti. 4.4.3. Apibūdinti elektros srovės poveikį žmogaus organizmui. Paaiškinti elektros specialistų kostiumų specifiką. 4.4.4. Nurodyti dažniausias elektros traumų priežastis ir būdus jų išvengti. 4.4.5. Apibūdinti buityje naudojamų dujų poveikį žmonių gyvybei ir sveikatai. 4.4.6. Argumentuotai pagrįsti automatinės gaisrinės signalizacijos, dūminių jutiklių reikalingumą ir veiksmingumą. 4.4.7. Pateikti pavyzdžių, kada žmogaus gelbėjimas gali būti pavojingas gelbėtojo gyvybei.
Būti įsitikinus, kad nuo gaisro ir elektros traumos poveikio galima apsisaugoti.	4.5. Savarankiškai aptikti namie, mokykloje vietas, kuriose gali kilti gaisras arba galima patirti elektros traumą.	4.5.1. Nurodyti aplinkoje potencialią gaisro ar elektros traumos priežastį, susieti jas su palankiomis (nepalankiomis) aplinkybėmis kilti gaisrui ar patirti elektros traumą. 4.5.2. Paaiškinti, kuo skiriasi nukentėjusiųjų gelbėjimo procesas esant gaisrui ir elektros traumai.
Pažinti aplinką, spręsti iškilusias problemas.	4.6. Evakuotis iš degančio pastato.	4.6.1. Suprasti, paaiškinti ir praktiškai pasinaudoti evakuacijos plane pateikta informacija. 4.6.2. Paaiškinti skirtumus tarp evakuacijos iš vienaaukščio ir daugiaaukščio pastato. 4.6.3. Paaiškinti ir argumentuotai pagrįsti reikalavimą neiti per dūmus, o šliaužti po jais.

	4.7. Saugiai elgtis atsiradus aplinkoje elektros smūgio tikimybei.	4.7.1. Paaiškinti, kaip elgtis esant automobilyje, ant kurio yra užkrięs nutrūkęs elektros oro linijos laidas 4.7.2. Paaiškinti, kaip saugiai elgtis liūties metu (pvz., pievoje, apsemtoje gatvėje), kai nutrūkusiais ir žemę siekiančiais laidais teka elektra.
Pripažinti gamtinių nelaimių neigiamą poveikį žmonių gyvybei, turtui, aplinkai.	4.8. Saugiai elgtis gresiant ar susidarius gamtinio pobūdžio ekstremaliosioms situacijoms.	4.8.1. Apibūdinti gamtinio pobūdžio ekstremaliąsias situacijas ir jų daromą poveikį žmonių gyvybei, sveikatai, aplinkai. 4.8.2. Nusakyti ir argumentuotai pagrįsti būtinuosius veiksmus gresiant ir susidarius gamtinio pobūdžio ekstremaliosioms situacijoms.
Suprasti, kad ekologinės nelaimės kenkia žmonių sveikatai, gyvybei ir aplinkai.	4.9. Taikyti galimus būdus sumažinti oro, vandens, dirvožemio taršą ir jos poveikį sveikatai.	4.9.1. Nurodyti priežastis, galinčias sukelti ekologinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją. 4.9.2. Apibūdinti ekologinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją.
Būti atsakingam už savo elgesį, rūpintis kitų žmonių saugumu.	4.10. Saugiai elgtis masinio žmonių susibūrimo vietoje.	4.10.1. Paaiškinti, kokie pavojai (spūstis, minios panika) gresia masinio žmonių susibūrimo vietoje (koncerte, minioje, eisenoje). 4.10.2. Apibūdinti panikos keliamus pavojus. 4.10.3. Nusakyti saugaus elgesio masinio žmonių susibūrimo vietoje ypatumus.
5. Pirmoji pagalba		
Padėti ištikus nelaimi.	5.1. Atpažinti artimų žmonių, sergančių ūmiomis ligomis, priepuolių požymius ir suteikti pirmąją pagalbą.	5.1.1. Apibūdinti insulto požymius ir pirmosios pagalbos veiksmus jam ištikus. 5.1.2. Apibūdinti būsenos, kai kraujyje staigiai sumažėja cukraus kiekis (hipoglikeminė koma), požymius. 5.1.3. Apibūdinti epilepsijos požymius ir pirmosios pagalbos veiksmus jai ištikus.
	5.2. Pasirinkti žaizdų tvarstymo būdą, medžiagas ir sutvarstyti žaizdą.	5.2.1. Apibūdinti tvarstymo medžiagas. 5.2.2. Apibūdinti tvarstymo būdus (krūtinės ląstos tvarstymas, žiedinis būdas, spiralinis būdas, aštuoniukės formos būdas) ir pagrįsti jų pasirinkimą. 5.2.3. Paaiškinti, kuo panašus ir kuo skiriasi atskirų kūno dalių tvarstymas. 5.2.4. Paaiškinti, kaip patikrinti ar nepažeista kraujotaka po tvarstymo. 5.2.5. Paaiškinti, kuo naudingas šalčio kompresas, kada ir kaip jį uždėti.

4. Turinio apimtis. 7–8 klasės:

4.1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams. Kaip tinkamu būdu reikšti emocijas ir jausmus. Kaip galima kontroliuoti savo emocijas. Kur kreiptis pagalbos, kai negali kontroliuoti savo emocijų ir jausmų. Kodėl svarbu gerbti ir suprasti kito asmens pojūčius ir jausmus. Kodėl reikia padėti kitiems, gerbti kitus, būti dėmesingam, kaip išvengti seksualinės prievartos ir seksualinio išnaudojimo. Sveikatos ir gamtos apsaugos tarnybų, policijos ir priešgaisrinės apsaugos vaidmuo užtikrinant bendruomenės sveikatą ir saugumą.

4.2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje:

4.2.1. Traumų ir susižalojimų prevencija. Būdai išvengti susižalojimų namie, mokykloje, bendruomenėje. Būdai, mažinantys susižalojimų riziką prie vandens telkinių. Būdai, mažinantys susižalojimų riziką, kurių priežastis yra ugnis. Pavojingos medžiagos buityje. Saugus sportinio inventorius naudojimas. Būdai, mažinantys riziką susižaloti, kai važiuoji motorinėmis transporto priemonėmis. Saugus elgesys gatvėje. Kaip sumažinti riziką sužalojimų, susijusių su gyvūnais (šunys, vabzdžiai ir kita). Ryšys tarp alkoholio, narkotikų vartojimo ir traumų. Pavojai sveikatai gamtoje – saulės smūgis, nudegimas saulėje, hipotermija.

4.2.2. Buityje naudojamų cheminių medžiagų keliami pavojai: nagrinėjami pavojingumo simboliai ir jų reikšmės bei saugos etiketėje esanti informacija. Apsinuodijimas vaistais, skalbimo ir valymo priemonėmis, dažais, lakais, tirpikliais, kenkėjų kontrolės biocidais, gyvsidabriu, dujomis: kaip išvengti apsinuodijimų. Nagrinėjami veiksmai esant cheminiam nudegimui, apsinuodijus žinomais ir nežinomais chemikalais. Civilinės pirotechnikos priemonės: nagrinėjamos jų rūšys, naudojimosi saugos reikalavimai. Aiškinamasi saugūs atstumai nuo leidžiamų fejerverkų iki statinių, žiūrovų.

4.2.3. Nesaugių elektros prietaisų ir elektros naudojimo būdų atpažinimas. Saugus naudojimas, saugumo padidinimas. Kaip naujoje nepažįstamoje aplinkoje (keliaujant, atostogaujant) atpažinti nesaugiai naudojamus prietaisus. Elektros prietaisų saugumo klasės. Supratimas, kokius darbus su elektra ir kaip galima atlikti patiems (lempų, šviestuvo, įsukamų saugiklių keitimas), kuriuos – patikėti specialistams. Elektros prietaisų instrukcijų svarbos, įžeminimo poreikio suvokimas. Prietaisai, kurie privalo būti jungiami į specialių kištukinių lizdą su įžeminimu. Kas yra ir kaip atsiranda elektros tinklo perkrovimas (daug prietaisų per šakotuvą jungiama į vieną lizdą). Kaip užtikrinti saugumą namų patalpose, kurios yra pavojingos elektros atžvilgiu. Kas yra „žingsnio įtampa“, trumpasis jungimasis – jų atsiradimo priežastys, pasekmės. Elektromagnetinės bangos aukštos įtampos elektros oro linijose, jų apsaugos zonos.

4.2.4. Gyvoji gamta ir žmogaus veikla joje. Bendruomenės nario pareigos ir atsakomybės laikant, globojant gyvūnus, užtikrinant saugų elgesį su gyvūnais. Gyvūno socializacijos būtinumas ir įtaka savo paties, visuomenės saugumui. Gyvūno fiziologinės ir/ar psichologinės savybės ir pavojus visuomenės saugumui. Higienos reikalavimai bendravimui su gyvūnais. Kaip apsisaugoti nuo gyvūnų platinamų ligų. Gyvūnų agresyvaus elgesio priežastys ir pagrindinės žmogaus klaidos, dėl kurių jis nukenčia nuo agresyvaus naminio ar laukinio gyvūno. Kaip derėtų elgtis ir kur kreiptis nukentėjus nuo gyvūno. Kaip išvengti pavojingų situacijų, neprovokuojant ir neskatinant gyvūnų agresyvumo. Pavojaus šaltiniai aplinkoje, kurioje yra gyvūnas.

4.3. Saugi elgsena eismo aplinkoje:

4.3.1. Eismo aplinkos stebėjimai artimiausioje eismo aplinkoje plėtojant supratimą apie eismo tvarką, pavojaus šaltinius pėstiesiems, dviratininkams; pėsčiųjų, keleivių ir vairuotojų elgesio ypatumus eismo saugumo aspektu; organizuojamos mokinių šeimos narių, bendraamžių apklausos siekiant atskleisti artimiausių žmonių patirtį eismo aplinkoje.

4.3.2. Bandymai, skirti kelio, laiko, greičio sąvokoms formuoti, fizikinių dėsnių įtakai eismo saugumui atskleisti (derinami su kitų ugdymo sričių programomis). Aplinkos teršimas automobilių išmetamosiomis dujomis, poveikis sveikatai; aplinkos apsauga (derinama su kitų ugdymo sričių programomis). Miesto, rajono, šalies transportinio traumatizmo statistinės informacijos nagrinėjimas, daugiau dėmesio skiriant to paties amžiaus tarpsnio eismo dalyvių nukentėjimo priežastims ir aplinkybėms, konkrečių eismo įvykių aplinkybių analizei.

4.3.3. Bendroji eismo tvarka. Kelio ženklai, kelių ženklinimas. Eismo reguliavimas. Transporto priemonių skiriamieji ženklai. Pėsčiųjų, keleivių ir vairuotojų pareigas, eismą dviračiais, mopedais, dviratininkų ir automobilių vairuotojų, dviratininkų ir pėsčiųjų tarpusavio santykius eismo aplinkoje nusakančios kelių eismo taisyklės. Pagrindinės transporto priemonių (dviračių, mopedų, motociklų ir automobilių) dalys ir jų sistemos, nuo kurių priklauso eismo saugumas, saugumo tobulinimas. Pagrindinės eismo įvykių, kuriuose nukenčia ikimokyklinio amžiaus vaikai, mokiniai ir suaugusieji pėstieji (lyginamoji analizė), dviratininkai, keleiviai, priežastys: susijusios su nukentėjusiojo pėsčiojo, keleivio, vairuotojo veiksmais ir susijusios su kitų eismo dalyvių veiksmais. Veiksniai, ribojantys eismo dalyvių eismo saugumą (meteorologinės sąlygos, techniniai transporto priemonių gedimai, techninė transporto priemonių būklė, sutrikusi eismo dalyvių sveikata, apsvaigimas nuo alkoholio ir narkotinių medžiagų, regėjimo, klausos ir kiti sutrikimai ir tam nepritaikyta automobilių kelių eismo sistema, asocialus elgesys). Eismo organizavimo tobulinimas. Pagrindinės saugaus eismo priemonės (pasyvaus ir aktyvaus saugumo).

4.3.4. Eismo dalyvių saugaus elgesio mokymas ir mokymasis bei saugus elgesys. Saugaus eismo dalyvio elgesio turinys: pavojaus numatymas, atpažinimas, saugaus elgesio modelių žinojimas ir adekvatus jų pritaikymas, elgesio vertinimas ir pastebėtų trūkumų koregavimas. Kitų eismo dalyvių (pavyzdžiui, ikimokyklinio amžiaus vaikų, pradinukų, bendraamžių) saugaus elgesio vertinimas, pagalba jiems.

4.4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose:

4.4.1. Civilinės saugos signalai: mokiniai savais žodžiais paaiškina garsinio civilinės saugos signalo reikšmę. Išvardijami visi civilinės saugos signalai ir veiksmai juos išgirdus. Mokytojo padedami mokiniai nagrinėja veiksmų panašumus ir skirtumus skirtingų signalų atvejais. Pasirengimas ekstremaliajai situacijai: aiškinamasi, kodėl reikalinga iš anksto suplanuoti šeimos veiksmus nelaimės metu, kokius veiksmus reikėtų atlikti prieš paliekant namus ir kokius pagrindinius daiktus pasiimti evakavimo atveju. Evakavimas į saugią teritoriją: mokytojas paaiškina evakavimo į saugią teritoriją sąvoką, evakuacijos iš pastato ir evakavimo į saugią teritoriją skirtumus. Mokiniai diskutuoja, kokiomis aplinkybėmis gali būti reikalingas evakavimas į saugią teritoriją. Mokytojo padedami sužino, kur yra artimiausias evakavimo punktas, diskutuoja, kaip greitai galėtų jį pasiekti.

4.4.2. Gaisro poveikis: nagrinėjamas gaisro (liepsnos, dūmų, karščio, deguonies trūkumo) poveikis žmonių gyvybei ir sveikatai. Aiškinamasi ugniagesių apsauginių kostiumų reikalingumas. Nagrinėjamas priežastinis ryšys tarp automatinės gaisrinės signalizacijos, dūminių jutiklių ir gaisro padaryto poveikio žmonėms ir turtui. Gaisrų priežastys: pasitelkus statistinius duomenis, nagrinėjamos dažniausios gaisro kilimo priežastys. Diskutuojama apie mokykloje, namie galinčio kilti gaisro priežastis, siūlomos priemonės išvengti gaisro. Elektros prietaisų ir gaisrų tarpusavio priklausomybė. Nagrinėjamos palankios ir nepalankios aplinkybės kilti gaisrui. Veiksmai kilus gaisrui: evakuacijos keliai, evakuacijos planas. Nagrinėjamas ir praktiškai išbandomas mokyklos evakuacijos planas. Pakartojami saugios evakuacijos aspektai, įvardijamos ir argumentuojamos pagrindinės evakuacijos taisyklės: šliaužti po dūmais, neatidarinėti staiga durų, už kurių, manoma, kilo gaisras, nesislėpti nuo gaisro, negrįžti į degantį pastatą.

4.4.3. Gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos: aptariami gamtiniai (geologiniai, hidrologiniai, meteorologiniai) reiškiniai, galintys sukelti pavojų žmonių sveikatai ir gyvybei. Nagrinėjami būdingi Lietuvai ir kitoms šalims, lyginami tarpusavyje. Detalizuojamos uragano, audros, potvynio, žemės drebėjimo, cunamio, kaitros, šalčio, nuošliaužos sąvokos. Aptariami vėjo, lietaus, karščio, šalčio, žemės drebėjimo, nuošliaužų, cunamio keliami pavojai. Išskiriami pavojingi stichiniai reiškiniai (potvynis, audra, perkūnija, uraganas, kaitra, speigas) ir jų keliami pavojai žmogaus sveikatai ir gyvybei, žmonių turtui, gamtinei aplinkai. Diskutuojama apie Lietuvai bei kitoms šalims būdingas ir nutikusias nelaimes. Miško gaisras: aptariamos miško gaisro kilimo priežastys, paaiškinama jo daroma žala ir keliami pavojai. Veiksmai gamtinių nelaimių metu: nagrinėjami ir argumentuotai pagrindžiami pagrindiniai veiksmai gresiant ir susidarius gamtinio pobūdžio ekstremaliosioms situacijoms. Analizuojami skirtumai tarp veiksmų audros metu esant namie ir atviroje teritorijoje.

4.4.4. Kaip atpažinti ir kaip elgtis identifikavus elektros smūgio tikimybę automobilyje (negalima išlipti iš automobilio; saugu – tik iššokti abiem kojomis), apsemtoje gatvėje, pievoje (negalima eiti; galima straksėti ant vienos kojos). Aptariama ir diskutuojama, kokios gali būti ilgalaikio elektros tiekimo nutrūkimo pasekmės. Kas yra viršįtampiai ir koks gali būti jų poveikis elektros sistemai, nuostoliai ir padariniai aplinkai, gyventojų turtui.

4.4.5. Ekologinio pobūdžio ekstremalioji situacija: aptariama sąvoka, aplinkos oro užterštumas, vandens užterštumas, dirvožemio, grunto užterštumas arba kitoks jam padarytas poveikis, branduolinė avarija, radiologinė avarija. Mokiniai diskutuoja apie galimas priežastis, galinčias sukelti ekologinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją. Taršos mažinimas: diskutuojama apie galimus būdus sumažinti oro, vandens, dirvožemio taršą. Globaliniai ekologinio pobūdžio procesai: ozono sluoksnio plonėjimas, šiltnamio efektas, rūgščių lietų susidarymas – aplinkos taršos rezultatas. Diskutuojama apie šių procesų poveikį žmonėms, aplinkai; nagrinėjami ir diskutuojami galimi taršos sumažinimo būdai.

4.4.6. Techninio pobūdžio ekstremalioji situacija: tai avarijos, sprogimai, gaisrai gamyklose, įmonėse, vamzdynuose, kurių metu į aplinką gali patekti teršalai, dėl griūčių, gaisrų, sprogimų ar pasklidusių teršalų gali nukentėti žmonės. Nagrinėjama tik paminint kaip vieną iš sąlygų, galinčių sukelti ekstremaliąją situaciją.

4.4.7. Pavojai masinio žmonių susibūrimo vietoje: nagrinėjami spūsties, minios panikos keliami pavojai; nagrinėjamos potencialiai pavojingos vietos – koncertas, minia, eiseną. Saugus elgesys masinio žmonių susibūrimo vietoje: nagrinėjamas saugus elgesys masinio žmonių susibūrimo vietoje, analizuojami skirtumai kaip saugiai elgtis minioje uždaroje ir atviroje erdvėje.

4.5. Pirmoji pagalba. Pagalba sutrikus kvėpavimui: kada sutrinka kvėpavimas, kokia žala, kokių priemonių imtis. Ką gali padaryti pats, kas gali suteikti profesionalią pagalbą. Kokiais atvejais reikia skubiai kviešti pagalbą. Dirbtinis kvėpavimas. Kaip elgtis lengvai susižalojus buityje. Kuo skiriasi pagalba avarinėje situacijoje ir pirmoji pagalba. Gelbėjimo įgūdžiai avarinėje situacijoje: pagalba esant stipriam kraujavimui, šokui, apsinuodijimo požymiams. Pirmoji pagalba grėsmės gyvybei nekeliančiose situacijose: įkandimai, įpjovimai, sutrenkimai, sumušimai, nesmarkiai nudegus, susižalojus akį, esant lūžiui. Regos ir klausos traumų prevencija. Traumų ir susižalojimų prevencija sportuojant. Pirmoji pagalba susižalojus. Pagrindinės saugumo priemonės, padedančios išvengti susižalojimų, traumų fizinio aktyvumo metu. Situacijos, kurios galėtų būti rizikingos ir būtų traumų priežastis. Nuo ko pradėti gelbstint elektros traumuojamą žmogų. Kodėl išgelbėtas elektros traumą patyręs, bet gerai besijaučiantis žmogus būtina turi pasirodyti gydytojui. Kas gali suteikti patikimą informaciją ir padėti sutrikus kraujo apytakos sistemai. Kokia įstaiga gali padėti astma sergančiam ligoniui.

5. Mokinių pasiekimai. 9–10 klasės:

Mokinių pasiekimai		
Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams		
Būti atsakingam už savo ir kitų saugumą.	1.1. Įvertinti su saugumu susijusio sprendimo pasekmes ir veiksmingumą.	1.1.1. Įvardyti kliūtis, kurios gali trukdyti priimti saugumui palankų sprendimą.
	1.2. Numatyti kiekvieno pasirinkimo trumpalaikį ar ilgalaikį poveikį sau ir	1.2.1. Nusakyti, kaip ir kokiais būdais ugdant saugumą keičiasi asmenybės nuostatos ir elgesys.

	kitiems.	
2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje		
Pasitikėti savo jėgomis ir gebėjimu išgyventi atokioje vietovėje.	2.1. Taikyti bendrus išgyvenimo atokioje vietovėje principus.	2.1.1. Nusakyti ir apibūdinti pagrindinius išgyvenimo principus pasiklydus, kai trūksta maisto ir vandens, kai tenka nakvoti miške, susikurti laužą. 2.1.2. Išvardyti pirmuosius veiksmus, įvykus nelaimei atokioje vietovėje.
Jausti pareigą saugiai ir atsakingai elgtis su elektros prietaisais ir įranga.	2.2. Užsitikrinti saugumą kasdien naudojantis elektra ir veikiant jos įrenginių aplinkoje.	2.2.1. Apibūdinti sveikatai ir gyvybei rizikingas situacijas, kuriose kyla elektros traumos arba trumpo jungimosi tikimybė. 2.2.2. Paaiškinti pagrindinius elektros srovę neutralizuojančius principus, nurodyti priemones ir būdus, kaip elgtis, kai gresia patirti elektros smūgį. 2.2.3. Nurodyti, kokios priežastys dažniausiai sukelia elektros tiekimo sutrikimus ir kurie iš jų kelia didžiausius pavojus žmonių sveikatai ir gyvybei. 2.2.4. Paaiškinti, kas yra elektros linijų apsaugos zonos, nurodyti būtinus ir draudžiamus veiksmus jose ir pasekmes laiku neatlikus būtinų veiksmų. 2.2.5. Paaiškinti, kaip perspėjimas pastebėjus nesaugią situaciją gali išgelbėti gyvybę. Pateikti pavyzdžių iš savo aplinkos.
Jausti pareigą rūpintis savo, gyvūnų ir aplinkinių saugumu.	2.3. Dalyvauti kuriant saugią ir darnią aplinką sau, bendruomenei ir gyvūnams.	2.3.1. Paaiškinti gyvūno savininko ir aplinkinių socialinius vaidmenis, įsipareigojimus ir atsakomybę už pareigų nevykdymą. 2.3.2. Pateikti gyvūnų teisių pažeidimų ir jų padarinių pavyzdžių. 2.3.3. Įvardyti problemas, kurias kelia netinkamas gyvūno laikymas šeiminiui ir aplinkiniams. 2.3.4. Nurodyti, į ką kreiptis, kad suteiktų reikalingą pagalbą žmogui ir/ar gyvūnui. 2.3.5. Paaiškinti, kaip bendravimas su gyvūnu gali pagerinti žmogaus savijautą. 2.3.6. Pateikti pavyzdžių, kaip informacijos sklaida prisideda prie gyvūnų gerovės ir žmogaus saugos užtikrinimo.
3. Saugi elgsena eismo aplinkoje		
Jausti asmeninę atsakomybę už savo ir	3.1. Pasirinkti saugaus eismo būdus dažniausiai pasitaikančiose pavojingose	3.1.1. Identifikuoti eismo dalyviams rizikingas eismo situacijas. 3.1.2. Įvardyti pagrindines eismo įvykių

aplinkinių saugumą eismo aplinkoje.	situacijose.	priežastis ir aplinkybes.
	3.2. Koreguoti savo elgesį eismo aplinkoje pagal įgytą saugaus elgesio patirtį.	3.2.1. Pateikti pavyzdžių iš asmeninės patirties, kai pasikeitusios eismo aplinkybės privertė koreguoti elgesį eismo aplinkoje.
4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose		
Pasitikėti civilinės saugos ir gelbėjimo sistemos pajėgomis.	4.1. Apibūdinti civilinės saugos sampratą.	4.1.1. Išvardyti ir apibūdinti civilinės saugos veiklas. 4.1.2. Nurodyti tarnybas, kurios sudaro civilinės saugos pajėgas. 4.1.3. Pasakyti savo teises ir pareigas civilinės saugos srityje.
Tikėti galimybe apsisaugoti ir būti apsaugotam ekstremaliųjų situacijų metu.	4.2. Apibūdinti asmeninės ir kolektyvinės gyventojų apsaugos esmę.	4.2.1. Nurodyti kolektyvinės gyventojų apsaugos būdus ir asmeninės gyventojų apsaugos priemones. 4.2.2. Paaiškinti asmeninės ir kolektyvinės gyventojų apsaugos skirtumus. Pateikti pavyzdžių.
Pripažinti evakavimo(si) svarbą.	4.3. Apibūdinti evakavimo(si) į saugią teritoriją principus.	4.3.1. Paaiškinti evakuacijos iš pastato ir evakavimo iš pavojingos teritorijos į saugią skirtumus. 4.3.2. Nurodyti skubaus ir uždelsto evakavimo skirtumus. 4.3.3. Apibūdinti evakavimosi savo transportu ypatumus, nusakyti jo privalumus ir trūkumus.
Suvokti gaisrą kaip gyvybei pavojingą reiškinį. Už(si)tikrinti saugumą gaisro metu.	4.4. Pasirinkti saugų išėjimą iš degančio pastato, gesinti gaisrą, jei evakuacija negalima.	4.4.1. Paaiškinti evakuacinio išėjimo sąvoką. 4.4.2. Paaiškinti, kaip pasirinkti saugų išėjimą ir saugiai išeiti iš degančios patalpos, atsižvelgiant į buvimo ir gaisro kilimo vietas. 4.4.3. Paaiškinti, kaip elgtis degančioje patalpoje, jeigu evakuacija negalima. 4.4.4. Apibūdinti pirmines gaisro gesinimo priemones ir gesinimo jomis principus.
Suvokti elektrą kaip sveikatai ir gyvybei naudingą ir pavojingą reiškinį.	4.5. Užsitikrinti saugumą kasdien naudojantis elektra ir veikiant jos įrenginių aplinkoje.	4.5.1. Apibūdinti sveikatai ir gyvybei rizikingas situacijas, kuriose kyla elektros traumos pavojus 4.5.2. Paaiškinti pagrindinius elektros srovę neutralizuojančius principus, nurodyti priemones ir, elgsenos, kai gresia patirti elektros smūgi, būdus.
Suvokti apsisaugojimo nuo gamtinių reiškinių sukiamų pavojų	4.6. Prognozuoti ir atpažinti artėjančią ar potencialiai galimą gamtinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją ir nuo jos apsisaugoti.	4.6.1. Apibūdinti požymius, pagal kuriuos galima prognozuoti ar atpažinti artėjančią ar potencialiai galimą gamtinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją. 4.6.2. Paaiškinti saugaus elgesio

galimybes. Jausti poreikį būti saugiam.		principus artėjant pavojingam gamtiniam reiškiniui ir jo metu esant uždaroje, atvirose vietovėse.
Jausti poreikį saugoti aplinką.	4.7. Tinkamai elgtis susidarius ekologinio pobūdžio ekstremaliajai situacijai.	4.7.1. Apibūdinti ekologinio pobūdžio ekstremaliausias situacijas ir jų poveikį žmonėms, aplinkai. 4.7.2. Pateikti ekologinių ekstremaliųjų situacijų galimo poveikio žmonėms ir aplinkai pavyzdžių. 4.7.3. Paaiškinti saugaus elgesio principus ir nurodyti veiksmus esant ekologinio pobūdžio ekstremaliajai situacijai. 4.7.4. Paaiškinti, kas gali sukelti grėsmes ekologiniam saugumui.
Pripažinti technologinių procesų pažeidžiamumą. Jaustis atsakingam už save ir artimuosius.	4.8. Tinkamai elgtis susidarius techninio pobūdžio ekstremaliajai situacijai.	4.8.1. Paaiškinti, kaip elgtis, jeigu techninės avarijos metu į aplinką pasklido pavojingos cheminės medžiagos. 4.8.2. Apibūdinti ir palyginti veiksmus įvykus cheminei avarijai – jeigu gyventojams nurodyta evakuotis ir jeigu nurodyta likti namie. 4.8.3. Išvardyti ir apibūdinti Lietuvoje galimas techninio pobūdžio ekstremaliausias situacijas. 4.8.4. Nurodyti pavojingiausias Lietuvos įmones ir kokio pobūdžio avarijos gali kilti mokyklos aplinkoje.
Pripažinti terorizmo potencialią galimybę. Rūpintis savo ir kitų saugumu.	4.9. Atpažinti galimą socialinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją.	4.9.1. Apibūdinti galimos socialinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos požymius. 4.9.2. Išvardyti ir apibūdinti Lietuvoje galimas socialinio pobūdžio ekstremaliausias situacijas. 4.9.3. Išvardyti galimus teroristinės veiklos metodus, potencialius teroristų taikinius.
	4.10. Taikyti saugaus elgesio socialinės kilmės ekstremaliosios situacijos metu principus.	4.10.1. Žinoti kaip elgtis radus įtartina daiktą ar sprogmenį. 4.10.2. Paaiškinti, kaip elgtis vykstant sprogimams, atsidūrus po nuolaužomis. 4.10.3. Paaiškinti, kaip elgtis tapus įkaitu. 4.10.4. Paaiškinti bendras saugumo taisykles vykstant į potencialiai pavojingas teroristinio išpuolio atžvilgiu vietas.
5. Pirmoji pagalba		
Padėti ištikus nelaimei.	5.1. Atpažinti apsinuodijimo požymius ir suteikti pirmąją pagalbą	5.1.1. Apibūdinti požymius ir pirmosios pagalbos veiksmus apsinuodijus. 5.1.2. Paaiškinti nuodų patekimo į

	apsinuodijus.	žmogaus organizmą kelius. 5.1.3. Nurodyti, kur/į ką kreiptis pagalbos aptikus apsinuodijusį mokykloje ar namie (nesant suaugusiųjų).
	5.2. Atpažinti šoko požymius ir suteikti pirmąją pagalbą ištikus šokui.	5.2.1. Paaiškinti, kas yra šokas ir apibūdinti jo požymius. 5.2.2. Išvardyti, kokių veiksmų imtis siekiant suteikti pirmąją pagalbą šoko ištiktam žmogui.
	5.3. Atpažinti nušalimo ir šilumos smūgio požymius ir suteikti pirmąją pagalbą.	5.3.1. Paaiškinti, kaip karštis ar šaltis veikia organizmą ir kaip apsisaugoti nuo šilumos smūgio ar nuo nušalimo. 5.3.2. Apibūdinti pirmosios pagalbos veiksmus ištikus šilumos smūgiui ar nušalus.
	5.4. Atpažinti būdingus požymius ir suteikti pirmąją pagalbą traumų ir sužeidimų atvejais.	5.4.1. Paaiškinti, kokios gali būti traumos ir sužeidimai nesaugiai elgiantis. 5.4.2. Apibūdinti pirmosios pagalbos veiksmus esant skirtingiems sužeidimams ir traumoms. 5.4.3. Apibūdinti tvarstymo medžiagas ir tvarstymo būdus.
	5.5. Atpažinti žmonių, sergančių ūmiomis ligomis, priepuolių požymius ir suteikti pirmąją pagalbą.	5.5.1. Apibūdinti insulto požymius ir pirmosios pagalbos veiksmus jam ištikus. 5.5.2. Apibūdinti būsenos, kai kraujyje staigiai sumažėja cukraus kiekis (hipoglikeminė koma), požymius ir pirmosios pagalbos veiksmus jai ištikus. 5.5.3. Apibūdinti epilepsijos požymius ir pirmosios pagalbos veiksmus jai ištikus.

6. Turinio apimtis. 9–10 klasės:

6.1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams. Ryšys tarp individo, šeimos ir bendruomenės sveikatos ir saugumo. Kaip atsispirti seksualinei prievartai ir seksualiniam išnaudojimui. Kokiais būdais galima stiprinti savo, šeimos, bendruomenės sveikatą ir saugumą. Mano indėlis kuriant saugią bendruomenę. Kokios bendruomenės įstaigos ir organizacijos gali suteikti pagalbą. Sveikatos ir gamtos apsaugos tarnybų, policijos ir priešgaisrinės apsaugos vaidmuo užtikrinant bendruomenės sveikatą ir saugumą.

6.2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje:

6.2.1. Būdai, kurie sumažina susižalojimų riziką namie, mokykloje, bendruomenėje. Kaip asmeninis elgesys, aplinka, naudojamos priemonės gali sumažinti traumų ir susižalojimų riziką. Būdai, kurie sumažina riziką prie vandens telkinių. Būdai, kurie sumažina apsinuodijimų riziką. Traumų ir sužalojimų rizikos sumažinimas užsiimant fizine veikla ir aktyviai sportuojant. Būtinai veiksmai esant vandens katastrofai. Ryšys tarp alkoholio, narkotikų vartojimo ir traumų. Žmonių elgesio ir aplinkos veiksniai, kurie sukelia daugiausia sužalojimų ir traumų Lietuvoje. Išgyvenimo pasiklydus principai: kai trūksta maisto ir vandens, kai tenka nakvoti miške, susikurti laužą. Nagrinėjami tokie pavojai žmogaus gyvybei kaip badas, troškulys, karštis, šaltis, pervargimas, vienatvė. Diskutuojama apie pagalbos pasikvietimo būdus, nesant ryšio priemonių, apie veiksmus patekus į nelaimės vietą atokioje teritorijoje.

6.2.2. Kaip užsitikrinti saugumą kasdien naudojantis elektra ir veikiant jos įrenginių aplinkoje. Aptarti sveikatai ir gyvybei rizikingiausias situacijas, kuriose kyla elektros traumos arba pavojinga trumpo jungimosi tikimybė. Kaip įvertinti saugumo savo aplinkoje lygį. Kuriuos gedimus saugu pašalinti pačiam. Aptarti įžeminimo reikšmę. Prisiminti, kad elektros įrenginiai (pastatai, kopėtelės, skirstyklos) žmogui yra saugios tik stovint ant žemės: bandymas lipti ant jų ar jais visada baigiasi tragiškai. Aptarti pagrindinius elektros srovę neutralizuojančius principus, nurodyti priemonės ir būdus, kaip elgtis, kai gresia patirti elektros smūgį (nutrūkus laidams, esant elektros įrenginių avarijoms, gaisravietėse, statybvietėse, vandenyje, ant drėgnų paviršių ir kitur). Elektros poveikis traumuojamo žmogaus organams (širdžiai, raumenims, kraujotakai). Kodėl privalu pasitikrinti sveikata patyrus elektros smūgį net ir jaučiantis gerai. Kokios priežastys dažniausiai sukelia elektros tiekimo sutrikimus (gamtos stichijos, gyvūnai, žmonės; neteisėtas įsibrovimas į elektros įrenginius, vagystės iš elektros įrenginių), aptarti, kurios iš jų kelia didžiausius pavojus žmonių sveikatai ir gyvybei. Kodėl svarbu atsakomybė: informavimas apie nesaugią situaciją (medžių šakas prie pat elektros linijos, pavojingai nusvirusius laidus, atvirą, išplėštą elektros įrenginį) gali išgelbėti gyvybę. Aptarti pavyzdžius iš savo aplinkos.

6.2.3. Saugios ir darnios aplinkos sau, bendruomenei ir gyvūnams kūrimas. Gyvūno savininko ir aplinkinių socialiniai vaidmenys, įsipareigojimai ir atsakomybė už pareigų nevykdymą. Gyvūnų teisių pažeidimai, jų padariniai ir problemos. Lietuvoje veikiančios kompetentingos įstaigos ir organizacijos, kurios suteiktų reikalingą pagalbą kiekvienoje su žmogumi ar gyvūnu susijusioje situacijoje. Problemos, kurias kelia netinkamas gyvūno laikymas, tiek šeiminiui, tiek aplinkiniams. Aplinkos, gyvūno ir savo elgesio stebėjimo duomenys, jų analizė. Gyvūnų terapiniai sugebėjimai emocinei bei fizinei žmogaus savijautai pagerinti. Kaip bendravimas su gyvūnu gali pagerinti žmogaus savijautą. Informacijos gyvūnų gerovės klausimais įvairiuose informaciniuose portaluose rinkimas ir sklaida, skatinant pilietiškumą ir bendruomeniškumą. Gyvūnų gerovės samprata. Kaip informacijos sklaida prisideda prie gyvūnų gerovės ir žmogaus saugos užtikrinimo.

6.3. Saugi elgsena eismo aplinkoje:

6.3.1. Eismo aplinka ir eismo dalyvis. Eismo tvarka. Eismo aplinkoje tykantys pavojai, grėsmės; kintančios eismo aplinkos stebėjimas ir vertinimas, savarankiškas naujų, pakitusiai eismo aplinkai adekvačių saugaus eismo modelių kūrimas; pėsčiųjų, dviratininkų, keleivių, vairuotojų elgesys eismo saugumo aspektu, jų patirtis eismo aplinkoje (organizuojamos bendraamžių, draugų, šeimos narių apklausos siekiant kuo daugiau išanalizuoti jų elgesį ir patirtį eismo aplinkoje). Kelio, laiko, greičio sąvokų plėtojimas/gilinimas, fizikinių dėsnių įtaka eismo saugumui (derinami su kitų ugdymo sričių programoms). Aplinkos apsauga: tarša išmetamosiomis dujomis, poveikis sveikatai, (derinama su kitų ugdymo sričių programomis); aplinką saugančios transporto priemonės (pavyzdžiui, elektromobiliai ir kitos). Eismo įvykiuose patiriamos traumos. Šalies, regiono, rajono, miesto traumatizmo analizė, eismo įvykių kaltininkai ir aplinkybės. Konkretų eismo įvykių aptarimas ir analizė. Laiko (metų, savaitės dienų, paros, valandų) avaringumo statistika ir priežastys (analizė).

6.3.2. Globalus eismas (sausumos, oro ir vandens transporto keliais) ir transporto priemonės (sausumos, vandens, oro). Bendroji eismo tvarka, eismo reguliavimas. Kelio ženklai, kelių ženklinimas. Transporto priemonių skiriamieji ženklai. Kelių eismo taisyklės, reglamentuojančios eismo dalyvių (pėsčiųjų, keleivių ir vairuotojų) pareigas bei eismą dviračiais, mopedais, motoroleriais. Dviratininkai ir automobilių vairuotojai, dviratininkai ir pėstieji, jų tarpusavio santykiai eismo aplinkoje. Kelių eismo taisyklės, reglamentuojančios minėtų eismo dalyvių elgesį kelyje. Saugi transporto priemonė: dviračių, mopedų, motociklų ir automobilių dalys ir jų sistemos, nuo kurių priklauso eismo saugumas. Transporto priemonių saugumo tobulinimas. Pėsčiųjų, dviratininkų, mopedų, motorolerių vairuotojų, keleivių traumatizmas. Eismo įvykių, kurių kaltininkais ar nukentėjusiais jie tampa, analizė. Priežastys, susijusios su nukentėjusio pėsčiojo, keleivio, vairuotojo veiksmais, ir priežastys, susijusios su kitų eismo dalyvių veiksmais. Veiksniai, turintys ar galintys turėti įtakos eismo saugumui (meteorologinės sąlygos, techniniai transporto priemonių gedimai, techninė transporto priemonės būklė, netikėtos kliūtys kelyje, sutrikusi eismo dalyvių sveikata, apsvaigimas nuo alkoholio ir narkotinių medžiagų ir kita). Eismo dalyvių

atsakomybė už savo elgesį kelyje, pareigos, nuobaudos už kelių eismo taisyklių pažeidimus. Transporto (sausumos, vandens, oro) sukeltas traumatizmas Lietuvoje ir pasaulyje (ar Europos Sąjungoje) (lyginamoji statistika). Techniniai įrenginiai, diegiamos inžinerinės priemonės, skirtos pėsčiųjų, keleivių, dviratininkų, mopedų bei motociklų, automobilių vairuotojų pažeidžiamumui mažinti. Pasyvaus saugumo priemonės.

6.3.3. Eismo organizavimo tobulinimas. Eismo dalyvio atsakingo elgesio kelyje ugdymas. Mokymas ir mokymasis saugaus eismo analizuojant ir vertinant situacijas, išskylančias eismo aplinkoje. „Pavojingų situacijų“ vertinimas, teisingų sprendimų priėmimas, praktinis taikymas. Atsakomybė už save ir kitus eismo dalyvius kelyje.

6.4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose:

6.4.1. Civilinės saugos sąvoka: civilinės saugos veiklos: aiškinamas turinys ir nagrinėjamas rizikos įvertinimas, prevencija, parengtis, ekstremaliųjų situacijų valdymas, kūrimas, pratybos, civilinės saugos pajėgos. Mokiniam paaškinamos Lietuvos gyventojų teisės ir pareigos civilinės saugos srityje. Gyventojų apsauga: kolektyvinė gyventojų apsauga, asmeninė gyventojų apsauga. Nagrinėjamas kolektyvinės apsaugos poreikis ir vietos, tinkamos kolektyvinei gyventojų apsaugai. Aiškinamasi, kaip nesudėtingai parankinėmis priemonėmis pasigaminti asmeninės apsaugos priemonę – vatos ir marlės raištį. Evakuavimas į saugią teritoriją: skubus, uždelstas evakuavimas, evakuavimasis savo transportu, evakuavimo punktai. Nagrinėjami skirtumai tarp evakuacijos iš pastato ir evakuavimo į saugią teritoriją. Nagrinėjami kolektyvinės gyventojų apsaugos, taikytos pasaulyje, pavyzdžiai. Evakuacinis išėjimas: sąvoka, reikalavimai evakuaciniams išėjimams. Nagrinėjama, kaip išeiti, jeigu evakuacinis išėjimas uždūmintas arba evakuacija negalima.

6.4.2. Gaisro gesinimas: pirminės gaisro gesinimo priemonės, ugnies gesintuvai. Gesinimo principai: nagrinėjama veikslių „pranešk-gesink-gelbėkis“ seka skirtingais gaisrų atvejais. Aiškinamasi skirtumai tarp vandens putų, miltelių, angliarūgštės gesintuvų. Analizuojamas gaisro gesinimas degimo trikampio komponentų atžvilgiu.

6.4.3. Gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos: tai ryškūs klimatinių sąlygų pakitimai, sukeliantys stichines nelaimes, masinius miškų ir durpynų gaisrus, geologiškai pavojingus reiškinius, ypač pavojingas arba masines epidemijas. Nagrinėjami pasaulyje ir Lietuvoje galimi ir Lietuvai būdingi geologiniai, meteorologiniai, hidrologiniai gamtiniai reiškiniai, kurie gali kelti pavojų žmogaus sveikatai ir gyvybei. Aiškinama jų tarpusavio priklausomybė. Apibūdinami požymiai, pagal kuriuos galima prognozuoti ar atpažinti artėjančią ar potencialiai galimą gamtinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją. Paaškinama epidemijos sąvoka, pateikiami pavojingų ar ypač pavojingų užkrečiamųjų ligų pavyzdžiai. Analizuojamos klimato kaitos poveikio sąlygojamos gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos, jų pasikartojimo dažnumas, intensyvumas. Saugaus elgesio principai artėjant pavojingam gamtiniam reiškiniui ir jo metu esant uždaroje, atvirose vietovėse.

6.4.4. Ekologinio pobūdžio ekstremalioji situacija: aptariama sąvoka, aplinkos oro užterštumas, vandens užterštumas, dirvožemio, grunto užterštumas arba kitoks jam padarytas poveikis, branduolinė avarija, radiologinė avarija. Mokiniai diskutuoja apie galimas priežastis, galinčias sukelti ekologinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją. Vertinama ir diskutuojama apie atominės energetikos objektų daromą poveikį (potencialų poveikį) ir pasekmes avarijos tokiuose objektuose metu, radioaktyvių dalelių daromą poveikį gyviesiems organizmams ir gamtinei aplinkai. Grėsmės ekologiniam saugumui: gamtinės, techninės, socialinės, kriminalinės. Analizuojamos didžiausios Lietuvoje įvykusios avarijos, nagrinėjami didžiausi taršos šaltiniai, didžiausios grėsmių ekologiniam saugumui priežastys: saugos taisyklių nesilaikymas, įmonių personalo neatsakingas elgesys, bereikalingas taupumas, informacijos slėpimas. Globalinės grėsmės ekologiniam saugumui: ozono sluoksnio plonėjimas, šiltnamio efektas, rūgštieji lietūs.

6.4.5. Techninio pobūdžio ekstremaliųjų situacijų priežastys: nagrinėjama ir diskutuojama apie įvairių technologinių procesų sutrikimus, dėl kurių kyla gaisrai, įvyksta sprogimai, patenka į aplinką cheminių ir radioaktyvių teršalų, griūva pastatai, įvyksta įvairių transporto rūšių avarijos, energetikos, magistralinių vamzdinių avarijos ir kiti ekstremalūs įvykiai, būdingi pramonės objektams ir komunikacijoms. Nagrinėjamos Lietuvoje vykusios ir galimos techninio pobūdžio

avarijos, pavojingiausios Lietuvos įmonės ir avarijos galinčios kilti mokyklos aplinkoje. Veiksmai pasklidus cheminėms medžiagoms: nagrinėjami veiksmai apsinuodijus, siekiant išvengti apsinuodijimų, kenksmingų medžiagų patekimo į žmogaus organizmą būdai ir apsisaugojimas. Lyginami veiksmai jeigu gyventojams nurodyta evakuotis ir jeigu nurodyta likti namie. Gyventojų apsaugos nuo radiacinės taršos veiksmai, jodo profilaktika.

6.4.6. Socialinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos sąvoka: terorizmas, masinis naikinimo ginklas, spūstis minioje, riaušės. Nagrinėjami pavojai ir potencialiai pavojingos vietos. Terorizmas: nagrinėjami galimi teroristinės veiklos metodai, potencialūs teroristų taikiniai. Analizuojami didžiausių pasaulyje įvykdytų teroristinių išpuolių pavyzdžiai, jų pasekmės. Užkrečiamosios ligos, kurios gali būti naudojamos kaip biologinis ginklas. Bioterorizmo galimybė. Įtartinos pašto siuntos. Veiksmai: nagrinėjami veiksmai gavus (radus) įtartiną laišką ar paketą, informaciją apie paplitusią biologinę taršą. Diskutuojama apie tai, kokios vietos yra potencialiai pavojingos teroristinio išpuolio atžvilgiu, apie įtartinų dėl galimos teroristinės veiklos žmonių požymius. Mokomasi, kaip elgtis radus įtartiną daiktą ar sprogmenį, tapus įkaitu, atsidūrus po nuolaužomis.

6.5. Pirmoji pagalba. Pagalba sutrikus kvėpavimui: kada sutrinka kvėpavimas, kokia žala, kokių priemonių imtis. Ką gali padaryti pats, kas gali suteikti profesionalią pagalbą. Kokiais atvejais reikia skubiai kviešti pagalbą. Dirbtinis kvėpavimas. Kaip elgtis lengvai susižalojus buityje. Kuo skiriasi pagalba avarinėje situacijoje ir pirmoji pagalba. Gelbėjimo įgūdžiai avarinėje situacijoje: pagalba esant stipriam kraujavimui, šokui, apsinuodijimo požymiams. Pirmoji pagalba grėsmės gyvybei nekeliančiose situacijose: įkandimai, įpjovimai, sutrenkimai, sumušimai, nesmarkiai nudegus, susižalojus akį, esant lūžiui, ištikus šilumos smūgiui ar nušalus. Tvarstymo medžiagos ir tvarstymo būdai. Pirmosios pagalbos veiksmai esant skirtingiems sužeidimams ir traumoms. Pirmosios pagalbos veiksmai esant hipoglikeminei komai /epilepsijai. Kas gali suteikti patikimą informaciją ir padėti sutrikus kraujo apytakos sistemai. Kokia įstaiga gali padėti astma sergančiam ligoniui.

**VIDURINIO UGDYMO ŽMOGAUS SAUGOS BENDROSIOS PROGRAMOS
MOKINIŲ PASIEKIMAI, TURINIO APIMTYS**

1. Mokinių pasiekimai. 11–12 klasės:

Mokinių pasiekimai		
Nuostatos	Gebėjimai	Žinios ir supratimas
1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams		
Nusiteikti veikti tikslingai.	1.1. Priimti adekvačius su saugumu susijusius sprendimus.	1.1.1. Pagrįsti pasirinktą saugumui palankią veikimo strategiją.
	1.2. Dalytis apibendrinta informacija įvairiomis saugos stiprinimo/ su sauga susijusiomis temomis, reikšti savo nuomonę ir ją pagrįsti.	1.2.1. Pateikti argumentuotų pavyzdžių iš mokomųjų dalykų, masinio informavimo priemonių, susijusių su saugiu elgesiu, juos apibendrinti.
2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje		
Jausti pareigą rūpintis savo, šeimos bei aplinkinių saugumu.	2.1. Kurti saugią ir darnią aplinką sau, šeimai, bendruomenei ir gyvūnams.	2.1.1. Apibrėžti savo ir aplinkinių socialinius vaidmenis kuriant saugią aplinką, įsipareigojimus ir atsakomybę už pareigų nevykdymą. 2.1.2. Pagrįsti vertinimą ir sprendimą aplinkos ir savo elgesio stebėjimo apibendrintais duomenimis. 2.1.3. Įvardyti priemones, kurios spręstų problemas, susijusias su saugos reikalavimais ir jų nesilaikymu. 2.1.4. Nurodyti, į ką kreiptis reikalingos pagalbos, suformuluoti kreipimąsi.
Tikėti, kad tinkamas elgesys gali tapti pavyzdžiu aplinkiniams.	2.2. Rinkti, naudotis ir skleisti informaciją saugaus elgesio klausimais.	2.2.1. Pateikti pavyzdžių, kaip informacijos sklaida prisideda prie bendruomenės gerovės ir žmogaus saugos užtikrinimo.
3. Saugi elgsena eismo aplinkoje		
Jausti pagarbą kitiems eismo dalyviams nepriklausomai nuo amžiaus, lyties, rasės, socialinės padėties ir dalyvavimo eisme būdo. Atsakingai ir	3.1. Atsakingai ir kompetentingai elgtis eismo aplinkoje.	3.1.1. Įvardyti eismo saugumo sritis, kur susikerta eismo dalyvių interesai. 3.1.2. Pateikti pavyzdžių, kaip užbėgti už akių eismo konfliktams. 3.1.3. Apibrėžti eismo dalyvių atsakomybes. 3.1.4. Pateikti pavyzdžių, demonstruojančių išmanymą, kaip saugiai elgtis eismo aplinkoje.
	3.2. Koreguoti savo saugų elgesį eismo aplinkoje pasinaudojant asmenine ir	3.2.1. Pateikti pavyzdžių iš patirties, kai pasikeitusios eismo aplinkybės privertė koreguoti elgesį eismo aplinkoje.

saugiai elgtis.	kitų patirtimi.	
4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose		
Pasitikėti civilinės saugos ir gelbėjimo sistemos pajėgomis.	4.1. Naudotis asmeninės ir kolektyvinės gyventojų apsaugos būdais ir priemonėmis.	4.1.1. Apibūdinti vietas, tinkamas kolektyvinei gyventojų apsaugai. Pasakyti artimiausią kolektyvinei gyventojų apsaugai pritaikytą vietą. 4.1.2. Iliustruoti pavyzdžiais skirtumus tarp asmeninės ir kolektyvinės gyventojų apsaugos.
Jausti poreikį būti saugiam	4.2. Atsakingai ir kompetentingai elgtis žmogaus ar gamtos sukeltose ekstremaliosiose situacijose.	4.2.1. Apibūdinti žmogaus ar gamtos sukeltas ekstremaliąsias situacijas ir jų poveikį žmonėms, turtui, aplinkai.
Būti ekologiškai sąmoningam.		4.2.2. Pateikti žmogaus ar gamtos sukeltų ekstremaliųjų situacijų galimo poveikio žmonėms, turtui ir aplinkai pavyzdžių.
Pripažinti technologinių procesų pažeidžiamumą. Jaustis atsakingam už save ir artimuosius.		4.2.3. Nurodyti, kokios yra pavojingiausios Lietuvos įmonės ir kokių pasekmių žmogaus sveikatai ir saugumui galėtų turėti avarijos tokiose įmonėse.
Pripažinti potencialią terorizmo galimybę išliekant tvirtam.		4.2.4. Įvardyti pirmaeilius saugos veiksmus įvykus avarijai mokyklos ir namų aplinkoje. 4.2.5. Paaiškinti bendras saugumo taisykles vykstant į potencialiai pavojingas teroristinio išpuolio atžvilgiu vietas.
5. Pirmoji pagalba		
Padėti kitiems ištikus nelaimei.	5.1. Atpažinti grėsmingas gyvybei būkles ir suteikti pirmąją pagalbą.	5.1.1. Apibūdinti grėsmingų gyvybei būklių požymius ir pirmosios pagalbos veiksmus joms ištikus. 5.1.2. Pateikti pavyzdžių, kokius gaivinimo veiksmus galima atlikti laukiant gydytojo.

2. Turinio apimtis. 11–12 klasės:

2.1. Psichologinis pasirengimas grėsmėms ir pavojams. Ryšys tarp individo, šeimos ir bendruomenės sveikatos ir saugumo. Kas yra prekyba žmonėmis, kokios galimos priežastys ir kaip netapti prekybos žmonėmis auka. Kokios bendruomenės įstaigos ir organizacijos gali suteikti pagalbą. Kokiais būdais galima stiprinti savo, šeimos, bendruomenės sveikatą ir saugumą. Mano indėlis kuriant saugią bendruomenę.

2.2. Saugi elgsena buityje ir gamtoje:

2.2.1. Kaip įvertinti saugumo savo aplinkoje lygį. Kodėl svarbu atsakomybė: informavimas apie nesaugią situaciją gali išgelbėti gyvybę. Aptarti pavyzdžius iš savo aplinkos.

2.2.2. Saugios ir darnios aplinkos sau, bendruomenei ir gyvūnams kūrimas. Gyvūno savininko ir aplinkinių socialiniai vaidmenys, įsipareigojimai ir atsakomybė už pareigų nevykdymą. Gyvūnų teisių pažeidimai, jų padariniai ir problemos. Lietuvoje veikiančios kompetentingos įstaigos ir organizacijos, kurios suteiktų reikalingą pagalbą bet kokioje žmogaus ar gyvūno situacijoje. Informacijos gyvūnų gerovės klausimais įvairiuose informaciniuose portaluose rinkimas ir sklaida, skatinant pilietiškumą ir bendruomeniškumą. Gyvūnų gerovės samprata. Kaip informacijos sklaida prisideda prie gyvūnų gerovės ir žmogaus saugos užtikrinimo.

2.3. Saugi elgsena eismo aplinkoje:

2.3.1. Eismo aplinka ir eismo dalyvis. Eismo tvarka. Eismo aplinkoje tykantis pavojai, grėsmės; kintančios eismo aplinkos stebėjimas ir vertinimas, savarankiškas naujų, pakitusiai eismo aplinkai adekvačių saugaus eismo modelių kūrimas; pėsčiųjų, dviratininkų, keleivių, vairuotojų elgesys eismo saugumo aspektu, jų patirtis eismo aplinkoje (organizuojamos bendraamžių, draugų, šeimos narių apklausos siekiant kuo detaliau išanalizuoti jų elgesį ir patirtį eismo aplinkoje).

2.3.2. Kelio, laiko, greičio sąvokų plėtojimas / gilinimas, fizikinių dėsnių įtaka eismo saugumui (derinami su kitų ugdymo sričių programomis). Aplinkos apsauga: tarša išmetamosiomis dujomis, poveikis sveikatai, (derinama su kitų ugdymo sričių programomis); aplinką saugančios transporto priemonės (pavyzdžiui, elektromobiliai). Eismo įvykiuose patiriamos traumos. Šalies, regiono, rajono, miesto traumatizmo analizė, eismo įvykių kaltininkai ir aplinkybės. Konkrečių eismo įvykių aptarimas ir analizė. Laiko (metų, savaitės dienų, paros, valandų) avaringumo statistika ir priežastys (analizė).

2.3.3. Globalus eismas (sausumos, oro ir vandens transporto keliais) ir transporto priemonės (sausumos, vandens, oro). Pėsčiųjų, dviratininkų, mopedų, motorolerių vairuotojų, keleivių traumatizmas. Eismo įvykių, kurių kaltininkais ar nukentėjusiais jie tampa, analizė. Priežastys, susijusios su nukentėjusio pėsčiojo, keleivio, vairuotojo veiksmais, ir priežastys, susijusios su kitų eismo dalyvių veiksmais. Veiksniai, turintys ar galintys turėti įtakos eismo saugumui (meteorologinės sąlygos, techniniai transporto priemonių gedimai, techninė transporto priemonės būklė, netikėtos kliūtys kelyje, sutrikusi eismo dalyvių sveikata, apsvaigimas nuo alkoholio ir narkotinių medžiagų ir panašiai). Eismo dalyvių atsakomybė už savo elgesį kelyje, pareigos, nuobaudos už kelių eismo taisyklių pažeidimus. Transporto (sausumos, vandens, oro) sukeltas traumatizmas Lietuvoje ir pasaulyje (ar Europos Sąjungoje) (lyginamoji statistika). Techniniai įrenginiai, diegiamos inžinerinės priemonės, skirtos pėsčiųjų, keleivių, dviratininkų, mopedų bei motociklų, automobilių vairuotojų pažeidžiamumui mažinti. Pasyvaus saugumo priemonės.

2.3.4. Eismo organizavimo tobulinimas. Eismo dalyvio atsakingo elgesio kelyje ugdymas. Mokymas ir mokymasis saugaus eismo analizuojant ir vertinant situacijas, išskylančias eismo aplinkoje. „Pavojingų situacijų“ vertinimas, teisingų sprendimų priėmimas, praktinis taikymas. Atsakomybė už save ir kitus eismo dalyvius kelyje.

2.4. Saugi elgsena ekstremaliosiose situacijose:

2.4.1. Civilinės saugos sąvoka: civilinės saugos veiklos: aiškinamas turinys ir nagrinėjamas rizikos įvertinimas, prevencija, parengtis, ekstremaliųjų situacijų valdymas, kūrimas, pratybos, civilinės saugos pajėgos. Lietuvos gyventojų teisės ir pareigos civilinės saugos srityje. Gyventojų apsauga: kolektyvinė gyventojų apsauga, asmeninė gyventojų apsauga. Evakavimas į saugią teritoriją: skubus, uždelstas evakavimas, evakavimasis savo transportu, evakavimo punktai. Kolektyvinės gyventojų apsaugos, taikytos pasaulyje, pavyzdžiai. Evakuacinis išėjimas: sąvoka, reikalavimai evakuaciniams išėjimams. Nagrinėjama, kaip išeiti, jeigu evakuacinis išėjimas uždūmintas arba evakuacija negalima.

2.4.2. Gaisro gesinimas: pirminės gaisro gesinimo priemonės, ugnies gesintuvai. Gesinimo principai: nagrinėjama veiksnių „pranešk-gesink-gelbėkis“ seka skirtingais gaisrų atvejais. Aiškinamasi skirtumai tarp vandens putų, miltelių, angliarūgštės gesintuvų. Analizuojamas gaisro gesinimas degimo trikampio komponentų atžvilgiu.

2.4.3. Gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos: tai ryškūs klimatinės sąlygų pakitimai, sukelti stichinės nelaimės, masinius miškų ir durpynų gaisrus, geologiškai pavojingus reiškinius, ypač pavojingas arba masines epidemijas, epizootijas, epifitotijas. Lietuvai būdingi geologiniai, meteorologiniai, hidrologiniai gamtiniai reiškiniai, kurie gali kelti pavojų žmogaus sveikatai ir gyvybei. Požymiai pagal kuriuos galima prognozuoti ar atpažinti artėjančią ar potencialiai galimą gamtinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją. Epidemijos, epizootijos sąvokos, pateikiami pavojingų ar ypač pavojingų užkrečiamųjų ligų pavyzdžiai. Klimato kaitos poveikis: analizuojamos klimato kaitos poveikio sąlygojamos gamtinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos, jų pasikartojimo dažnumas, intensyvumas. Saugaus elgesio principai artėjant pavojingam gamtiniam reiškiniui ir jo metu esant uždarose, atvirose vietovėse.

2.4.4. Ekologinio pobūdžio ekstremalioji situacija: aptariama sąvoka, aptariama aplinkos oro užterštumas, vandens užterštumas, dirvožemio, grunto užterštumas arba kitoks jam padarytas poveikis, branduolinė avarija, radiologinė avarija. Mokiniai diskutuoja apie galimas priežastis, galinčias sukelti ekologinio pobūdžio ekstremaliąją situaciją. Vertinama ir diskutuojama apie atominės energetikos objektų daromą poveikį (potencialų poveikį) ir pasekmes avarijos tokiuose objektuose metu, radioaktyvių dalelių daromą poveikį gyviesiems organizmams ir gamtinei aplinkai. Grėsmės ekologiniam saugumui: gamtinės, techninės, socialinės, kriminalinės. Analizuojamos didžiausios Lietuvoje įvykusios avarijos, nagrinėjami didžiausi taršos šaltiniai, didžiausios grėsmių ekologiniam saugumui priežastys: saugos taisyklių nesilaikymas, įmonių personalo neatsakingas elgesys, bereikalingas taupumas, informacijos slėpimas. Globalinės grėsmės ekologiniam saugumui: ozono sluoksnio plonėjimas, šiltnamio efektas, rūgštieji lietūs.

2.4.5. Techninio pobūdžio ekstremaliųjų situacijų priežastys: nagrinėjama ir diskutuojama apie įvairių technologinių procesų sutrikimus, dėl kurių kyla gaisrai, įvyksta sprogimai, patenka į aplinką cheminiai ir radioaktyvieji teršalai, griūva pastatai, įvyksta įvairių transporto rūšių avarijos, energetikos, magistralinių vamzdynų avarijos ir kiti ekstremalūs įvykiai, būdingi pramonės objektams ir komunikacijoms. Nagrinėjamos Lietuvoje vykusios ir galimos techninio pobūdžio avarijos, pavojingiausios Lietuvos įmonės ir avarijos galinčios kilti mokyklos aplinkoje. Veiksmai pasklidus cheminėms medžiagoms: nagrinėjami veiksmai apsinuodijus, siekiant išvengti apsinuodijimų, kenksmingų medžiagų patekimo į žmogaus organizmą būdai ir apsisaugojimas. Lyginami veiksmai, jeigu gyventojams nurodyta evakuotis ir, jeigu nurodyta likti namuose. Gyventojų apsaugos nuo radiacinės taršos veiksmai, jodo profilaktika.

2.4.6. Socialinio pobūdžio ekstremaliosios situacijos sąvoka: terorizmas, masinis naikinimo ginklas, spūstis minioje, riaušės. Nagrinėjami pavojai ir potencialiai pavojingos vietos. Terorizmas: nagrinėjami galimi teroristinės veiklos metodai, potencialūs teroristų taikiniai. Analizuojami didžiausių pasaulyje įvykdytų teroristinių išpuolių pavyzdžiai, jų pasekmės. Užkrečiamos ligos, kurios gali būti panaudojamos kaip biologinis ginklas. Bioterrorizmo galimybė. Įtartinos pašto siuntos. Veiksmai: nagrinėjami veiksmai gavus (radus) įtartiną laišką ar paketą, informaciją apie paplitusią biologinę taršą. Diskutuojama apie tai, kokios vietos yra potencialiai pavojingos teroristinio išpuolio atžvilgiu, apie įtartinų dėl galimos teroristinės veiklos žmonių požymius. Mokomasi pagrindinių taisyklių kaip elgtis tapus įkaitu, atsidūrus po nuolaužomis.

2.5. Pirmoji pagalba. Pirmosios pagalbos veiksmai esant skirtingiems sužeidimams ir traumoms. Pirmosios pagalbos veiksmai esant staigiam cukraus kiekio sumažėjimui kraujyje (hipoglikeminė koma) / epilepsijai. Kaip elgtis lengvai susižalojus buityje. Kuo skiriasi pagalba avarinėje situacijoje ir pirmoji pagalba. Gelbėjimo įgūdžiai avarinėje situacijoje: pagalba esant stipriam kraujavimui, šokui, apsinuodijimui. Gaivinimas laukiant gydytojo, dirbtinis kvėpavimas.