

Nazwa kwalifikacji: **Świadczenie usług opiekuńczo-wspierających osobie starszej**

Symbol kwalifikacji: **SPO.02**

Numer zadania: **01**

Wersja arkusza: **SG**

Wypełnia zdający

Numer PESEL zdającego*

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Numer stanowiska

--	--	--

Miejsce na naklejkę z numerem
PESEL i z kodem ośrodka

Czas trwania egzaminu: **120** minut

SPO.02-01-26.06-SG

EGZAMIN ZAWODOWY

Rok 2026

CZĘŚĆ PRAKTYCZNA

**PODSTAWA PROGRAMOWA
2019**

Instrukcja dla zdającego

1. Na pierwszej stronie arkusza egzaminacyjnego wpisz w oznaczonym miejscu swój numer PESEL*, numer stanowiska i naklej naklejkę** z numerem PESEL i z kodem ośrodka.
2. Sprawdź, czy arkusz egzaminacyjny zawiera 6 stron i nie zawiera błędów. Ewentualny brak stron lub inne usterki zgłoś przez podniesienie ręki przewodniczącemu zespołu nadzorującego.
3. Zapoznaj się z treścią zadania oraz stanowiskiem egzaminacyjnym. Masz na to 10 minut. Czas ten nie jest wliczany do czasu trwania egzaminu.
4. Czas rozpoczęcia i zakończenia pracy zapisze w widocznym miejscu przewodniczący zespołu nadzorującego.
5. Wykonaj samodzielnie zadanie egzaminacyjne. Przestrzegaj zasad bezpieczeństwa i organizacji pracy.
6. Jeżeli w zadaniu egzaminacyjnym występuje polecenie „zgłoś gotowość do oceny przez podniesienie ręki”, to zastosuj się do polecenia i poczekaj na decyzję przewodniczącego zespołu nadzorującego.
7. Po zakończeniu wykonania zadania pozostaw rezultaty jego wykonania oraz arkusz egzaminacyjny na swoim stanowisku lub w miejscu wskazanym przez przewodniczącego zespołu nadzorującego.
8. Po uzyskaniu zgody zespołu nadzorującego możesz opuścić salę/miejsce przeprowadzania egzaminu.

Powodzenia!

* w przypadku braku numeru PESEL – seria i numer paszportu lub innego dokumentu potwierdzającego tożsamość

** w przypadku otrzymania naklejki

Zadanie egzaminacyjne

Na podstawie informacji o osobie podopiecznej* zawartych w arkuszu egzaminacyjnym sporządź diagnozę problemów i potrzeb osoby podopiecznej z uwzględnieniem aktualnego stanu. W zamieszczonym zestawie produktów i potraw oraz sposobów przygotowania potraw zaznacz zalecane i niewskazane w diecie niskocholesterolowej. Do opracowania zadania wykorzystaj formularze zamieszczone w arkuszu egzaminacyjnym.

Na fantomie osoby dorosłej, traktując go jako osobę podopieczną wykonaj golenie na mokro zarostu na twarzy, a następnie załóż okład ciepły (rozgrzewający) na grzbietową stronę prawej ręki w okolicy kciuka. Nie markuj wykonania zadania. Komunikuj się z osobą podopieczną cicho, by nie przeszkadzać innym zdającym.

Przed rozpoczęciem pracy na indywidualnym stanowisku do wykonywania czynności higienicznych, pielęgnacyjnych i opiekuńczych, zgłoś przez podniesienie ręki Przewodniczącemu Zespołu Nadzorującego gotowość do ich wykonania. Po uzyskaniu zgody przystąp do pracy. Czynności na fantomie wykonaj w czasie nie dłuższym niż 45 minut. Po upływie tego czasu Przewodniczący ZN przerwie Ci wykonywanie czynności słowami „czas minął”, oznaczającymi zakończenie procesu oceny przez Egzaminatora.

Wykorzystaj sprzęt, materiały i środki udostępnione na indywidualnym stanowisku egzaminacyjnym i w magazynie. Po zakończeniu czynności uporządkuj stanowisko pracy. Postępuj zgodnie z procedurami, uwzględniając zasady ergonomii oraz przepisy bezpieczeństwa i higieny pracy.

Arkusz egzaminacyjny z wypełnioną dokumentacją pozostaw na indywidualnym stanowisku egzaminacyjnym.

** Dane osoby podopiecznej oraz informacje o niej są fikcyjne i zostały przygotowane na potrzeby egzaminu*

Informacje o osobie podopiecznej

76-letni pan Jacek Halicki choruje na nadciśnienie tętnicze i chorobę wieńcową, ma podwyższony poziom cholesterolu. W ubiegłym roku przeżył drugi zawał serca. Szybko się męczy i dlatego ma problemy z chodzeniem na dalsze odległości i wchodzeniem po schodach. Pan Jacek nie stosuje się do zaleceń lekarza rodzinnego: rzadko dokonuje pomiaru ciśnienia krwi, nie przyjmuje systematycznie przepisanych leków i nie odżywia się zgodnie ze zleconą przez lekarza dietą niskocholesterolową. Nie potrafi samodzielnie dobrać odpowiednich produktów spożywczych i właściwie przygotować potraw.

Mężczyzna jest wdowcem, żona zmarła pół roku temu. Mieszka na pierwszym piętrze w budynku wielorodzinnym bez windy, w dwupokojowym mieszkaniu z kuchnią i łazienką. Mieszkanie jest wyposażone w podstawowy sprzęt gospodarstwa domowego. Dzieci pana Jacka mieszkają ze swoimi rodzinami, a ojca odwiedzają jedynie w weekendy. Dzwonią do niego kilka razy w tygodniu, zorganizowali i opłacają ojcu pomoc domową, która dwa razy w miesiącu wykonuje gruntowne porządki.

Podopieczny wymaga stałej opieki lekarskiej oraz pomocy w wykonywaniu czynności dnia codziennego, takich jak: kąpiel w wannie, ścielenie łóżka, zmiana bielizny pościelowej, a także podczas sporządzania posiłków. Wymaga towarzyszenia podczas spacerów, wizyt u lekarzy i w urzędach.

Bardzo odczuwa samotność po śmierci żony oraz brak codziennych kontaktów z najbliższą rodziną. Rzadko opuszcza mieszkanie. W wolnym czasie najczęściej ogląda w telewizji programy sportowe. Raz w miesiącu spotyka się w swoim mieszkaniu ze znajomymi na rozgrywki brydżowe. Lubi rozwiązywać krzyżówki.

Pan Jacek od kilku dni leży w łóżku, ponieważ nasiliła się u niego duszność wysiłkowa, której towarzyszą zawroty głowy i wskazane jest ograniczenie aktywności. Na stronie grzbietowej prawej ręki, w okolicy kciuka pojawił się czyrak. Ręka jest bolesna i obrzęknięta. Z tego powodu podopieczny obecnie nie może się samodzielnie umyć i ogolić. Lekarz zlecił nakładanie na czyrak okładów ciepłych (rozgrzewających).

Czas przeznaczony na wykonanie zadania wynosi 120 minut.

Ocenie będą podlegać 2 rezultaty:

- diagnoza problemów i potrzeb osoby podopiecznej z uwzględnieniem aktualnego stanu,
- wykaz produktów i potraw zalecanych i niewskazanych dla osoby podopiecznej w diecie niskocholesterolowej oraz sposobów przygotowania potraw

oraz

przebieg wykonania golenia na mokro zarostu na twarzy osobie podopiecznej leżącej w łóżku, a następnie założenia okładu ciepłego (rozgrzewającego) na grzbietową stronę prawej ręki w okolicy kciuka.

DIAGNOZA PROBLEMÓW I POTRZEB OSOBY PODOPIECZNEJ

Problemy osoby podopiecznej	Potrzeby osoby podopiecznej

**Wykaz produktów i potraw zalecanych i niewskazanych dla osoby podopiecznej w diecie
niskocholesterolowej oraz sposobów przygotowania potraw**

Zaznacz przypisanie każdego produktu i potrawy wstawiając znak X w odpowiednim polu ☐

WYKAZ PRODUKTÓW I POTRAW	ZALECANE	NIEMSKAZANE
I. PRODUKTY MIĘSNE I RYBY		
BARANINA	☐	☐
CIEŁĘCINA	☐	☐
WIEPRZOWINA	☐	☐
FILET Z KURCZAKA	☐	☐
PIERŚ Z INDYKA	☐	☐
MIĘSO Z KRÓLIKA	☐	☐
PODROBY	☐	☐
RYBY MORSKIE	☐	☐
SALAMI	☐	☐
PASZTET MIĘSNY	☐	☐
II. TŁUSZCZE		
MASŁO	☐	☐
OLEJ PALMOWY	☐	☐
OLEJ RZEPAKOWY	☐	☐
OLIWA Z OLIVEK	☐	☐
SŁONINA	☐	☐
SMALEC	☐	☐
III. NABIAŁ		
JOGURT NATURALNY	☐	☐
KEFIR	☐	☐
MLEKO 3,2 %	☐	☐
MLEKO 1,5 %	☐	☐
SER TWAROGOWY CHUDY	☐	☐
SER ŻÓŁTY	☐	☐
SER TOPIONY	☐	☐
ŚMIETANA	☐	☐
IV. PIECZYWO I PRODUKTY MĄCZNE		
BUŁECZKI MAŚLANE	☐	☐
CHLEB CHRUPKI	☐	☐
ROGALIKI FRANCUSKIE	☐	☐

KRAKERSY	☐	☐
KASZA GRYCZANA	☐	☐
RYŻ BRĄZOWY	☐	☐
MAKARON JAJECZNY	☐	☐
PŁATKI OWSIANE	☐	☐
V. ZUPY		
FLAKI	☐	☐
ROSÓŁ	☐	☐
ZUPA MLECZNA NA ODTŁUSZCZONYM MLEKU	☐	☐
ZUPA WARZYWNA ZAPRAWIANA MLEKIEM	☐	☐
ZUPA ZAPRAWIANA ŚMIETANĄ	☐	☐
VI. NAPOJE		
HERBATA CZARNA	☐	☐
HERBATA OWOCOWA	☐	☐
KAWA CZARNA ZE ŚMIETANKĄ	☐	☐
KAWA ZBOŻOWA	☐	☐
KOMPOT NISKOSŁODZONY	☐	☐
PIWO	☐	☐
SOK WARZYWNY NIESŁODZONY	☐	☐
VII. DESERY		
BUDYŃ NA CHUDYM MLEKU	☐	☐
CZEKOLADA MLECZNA	☐	☐
GALARETKA OWOCOWA	☐	☐
KISIEL	☐	☐
LODY ŚMIETANKOWE	☐	☐
PĄCZEK	☐	☐
SORBET	☐	☐
FAWORKI	☐	☐
SPOSÓB PRZYGOTOWANIA POTRAW		
GOTOWANIE NA PARZE	☐	☐
GOTOWANIE W WODZIE	☐	☐
KONSERWOWANIE W OCCIE	☐	☐
PANIEROWANIE	☐	☐
PIECZENIE W FOLII	☐	☐
SMAŻENIE	☐	☐