

DOTACYJNY MATERIAŁ ĆWICZENIOWY

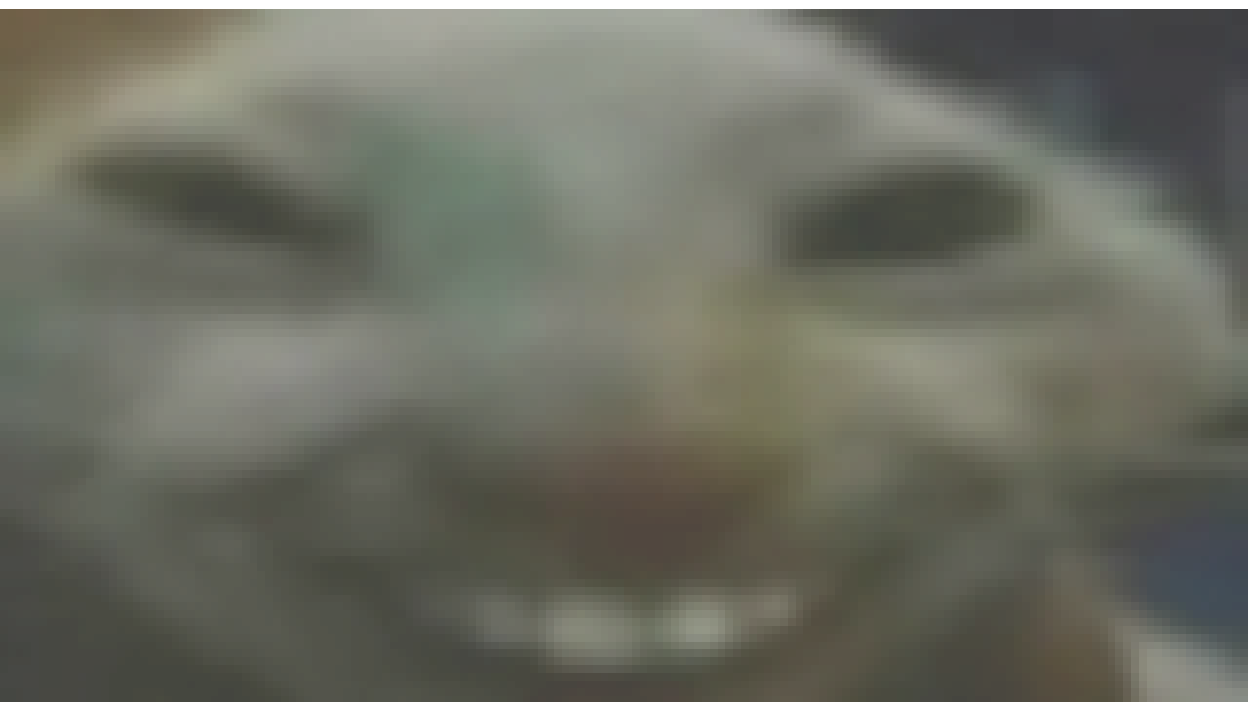
WERSJA DLA NAUCZYCIELA

1-3
GIMNAZJUM



edukacja dla bezpieczeństwa

MATERIAŁ ĆWICZENIOWY DO PODRĘCZNIKA KAŻDEGO WYDAWCY



MARIUSZ GONIEWICZ, ANDRZEJ KARCZMARCZYK,
ANNA W. NOWAK-KOWAL, ZBIGNIEW SMUTEK,
ŁUKASZ WRYCZ-REKOWSKI

edukacja dla bezpieczeństwa

DOTACYJNY MATERIAŁ ĆWICZENIOWY
dla gimnazjum

PROJEKT OKŁADKI: Paweł Kwacz

REDAKTOR PROWADZĄCY: Monika Kawiak

REDAKCJA JĘZYKOWA: Katarzyna Kupracz

REDAKCJA GRAFICZNA I SKŁAD: zespół

KOREKTA: Katarzyna Kupracz

FOTOEDYCJA: zespół

ZDJĘCIA: Shutterstock

ILUSTRACJE: A. Stankiewicz

© Copyright by Wydawnictwo Pedagogiczne OPERON Sp. z o.o. & Mariusz Goniewicz, Andrzej Karczmarczyk, Anna W. Nowak-Kowal, Zbigniew Smutek, Łukasz Wrycz-Rekowski

Gdynia 2015

Wszelkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie w całości lub we fragmentach bez zgody wydawcy zabronione.

10-15/X2252/XIV

WYDAWCA:

Wydawnictwo Pedagogiczne OPERON Sp. z o.o.

81-212 Gdynia, ul. Hutnicza 3

tel. centrali 58 679 00 00

e-mail: info@operon.pl

www.operon.pl

SPIS TREŚCI

GŁÓWNE ZADANIA OCHRONY LUDNOŚCI I OBRONY CYWILNEJ

1. Organizacja ochrony ludności i obrony cywilnej w Rzeczypospolitej Polskiej	5
2. Podstawowe dokumenty ONZ regulujące funkcjonowanie obrony cywilnej na świecie	7
3. Rola i zadania obrony cywilnej	8

TYPOWE ZAGROŻENIA ŻYCIA I ZDROWIA

1. Zagrożenia wynikające z działania sił przyrody	10
2. Zagrożenia wynikające z ingerencji w środowisko naturalne	11
3. Zagrożenia w domu, w szkole, w najbliższej okolicy	13
4. Zagrożenia w ruchu drogowym oraz w obiektach użyteczności publicznej	14
5. Zasady przeprowadzania ewakuacji	15

OCHRONA PRZECIWPOŻAROWA

1. Pożar. Inne miejscowe zagrożenie. Klęska żywiołowa	17
2. Zakres ochrony przeciwpożarowej i jej organizacja	18
3. Sposób postępowania w przypadku pożaru	19

ZASADY ZACHOWYWANIA SIĘ PODCZAS WYPADKÓW I KATASTROF

1. Sposób postępowania w przypadku miejscowego zagrożenia	21
2. Sposób postępowania w wypadku klęski żywiołowej	24
3. Telefony alarmowe. Sposoby informowania o powstaniu zdarzenia	26

ŹRÓDŁA PROMIENIOWANIA JĄDROWEGO I JEGO SKUTKI

1. Wpływ skażeń i zakażeń na ludzi, zwierzęta, żywność i wodę	27
2. Zabezpieczenie żywności i wody przed skażeniami	29
3. Zastępcze środki ochrony dróg oddechowych i skóry	31
4. Zabiegi specjalne i sanitarne	32

OZNAKOWANIE SUBSTANCJI TOKSYCZNYCH

1. Rodzaje materiałów niebezpiecznych i ich oznakowanie	35
2. Transport materiałów niebezpiecznych	37

OSTRZEGANIE LUDNOŚCI O ZAGROŻENIACH

1. Systemy alarmowania i informowania ludności	40
2. Zachowanie ludności po ogłoszeniu alarmu	41

PIERWSZA POMOC

1. Pojęcie i zakres pierwszej pomocy	43
2. Ogólne zasady postępowania na miejscu wypadku	45
3. Przenoszenie i ewakuacja poszkodowanych	48
4. Pierwsza pomoc na miejscu wypadku drogowego	49
5. Pierwsza pomoc przy utracie przytomności	51
6. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa	53
7. Pierwsza pomoc tonącym	56
8. Pierwsza pomoc w przypadku porażenia prądem elektrycznym	58
9. Pierwsza pomoc przy zranieniach	59
10. Pierwsza pomoc przy krwotokach	62
11. Pierwsza pomoc przy złamaniach i zwichnięciach	65
12. Pierwsza pomoc przy zatruciach	66
13. Pierwsza pomoc przy obrażeniach wywołanych działaniem zimna	68
14. Pierwsza pomoc przy oparzeniach	69

Indeks haseł	71
Realizacja podstawy programowej w podręcznikach wydawnictw	73

OBJAŚNIENIE PIKTOGRAMÓW:



wykonaj samodzielnie



poszukaj informacji



zadanie grupowe



odpowiedz na podstawie tekstu lub ilustracji

GŁÓWNE ZADANIA OCHRONY LUDNOŚCI I OBRONY CYWILNEJ

1. Organizacja ochrony ludności i obrony cywilnej w Rzeczypospolitej Polskiej

1. Wyjaśnij pojęcie „obrona cywilna”.

1.1)

2. Wpisz 6 różnych określeń, związanych tematycznie z pojęciami, które dotyczą bezpieczeństwa państwa oraz ochrony ludności i obrony cywilnej, rozpoczynających się od kolejnych liter niżej wymienionego wyrazu (mogą być to nazwy własne i inne akronimy*).

1.1)

O
B
R
O
N
A

*Akronim – wyraz sztucznie utworzony z pierwszych liter wyrazów, najczęściej bywa to skrót, np. OBWE – Organizacja Bezpieczeństwa i Współpracy w Europie.

1.1)

3. Rozwiń skróty:

LOPP –

.....

KSRG –

.....

PSP –

.....



1.1)

4. Uzupełnij poniższy tekst.

Szefem Obrony Cywilnej Kraju, powoływanym przez premiera, jest

..... Państwowej Straży Pożarnej. Kontroluje on działania szefów obrony cywilnej województw, czyli

. Na szczeblu powiatu lub miasta na prawach powiatu szefem obrony cywilnej jest

..... lub miasta, a na szczeblu gminy

– lub

1.1)

5. Organizację oraz zasady działania obrony cywilnej w Polsce regulują wewnętrzne przepisy. Są to:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

2. Podstawowe dokumenty ONZ regulujące funkcjonowanie obrony cywilnej na świecie



1. Uzupełnij definicję obrony cywilnej zawartą w Pierwszym Protokole Dodatkowym do Konwencji Genewskich z 12 sierpnia 1949 roku, dotyczącym ochrony ofiar międzynarodowych konfliktów zbrojnych, sporządzonym w Genewie dnia 8 czerwca 1977 roku.

1.2)

Obrona cywilna to: „wypełnianie wszystkich lub niektórych zadań, mających na celu ochronę ludności cywilnej przed niebezpieczeństwami wynikającymi z lub i przewyciężenie ich bezpośrednich następstw, jak też zapewnienie warunków koniecznych do



2. Na podstawie fragmentu wniosku Komisji Europejskiej, dotyczącego Wspólnotowego Mechanizmu Ochrony Ludności, wymień cztery argumenty, które Komisja przedstawia, uzasadniając potrzebę rozszerzenia zakresu jego funkcjonowania.

1.2)

Fragment wniosku Komisji Europejskiej

W ostatnich latach odnotowano wzrost częstotliwości klęsk żywiołowych, ich intensywności oraz stopnia spowodowanych przez nie zniszczeń, co doprowadziło do ogromnych strat w ludziach, zniszczenia infrastruktury społecznej i gospodarczej oraz degradacji ekosystemów, których delikatna równowaga już wcześniej była zachwiana. Do zwiększenia stopnia złożoności ochrony ludności przyczyniają się również nowe zagrożenia wynikające z postępu technicznego. Ataki terrorystyczne w różnych częściach UE pokazały, jak ważne jest skuteczne zarządzanie skutkami tego rodzaju katastrof.

W ciągu ostatnich trzech lat znacząco wzrosła liczba państw zwracających się o pomoc w ramach mechanizmu natychmiastowych działań w zakresie ochrony ludności. Na przykład, w okresie od stycznia do końca października 2005 r. ponad dziesięć państw zwróciło się o pomoc w ramach mechanizmu. Mechanizm był stosowany w państwach członkowskich, w krajach kandydujących, w rozwijających się krajach partnerskich, jak również w niektórych spośród najbogatszych państw świata, wspierając je w reagowaniu na katastrofy, z którymi władze krajowe poszczególnych państw nie były w stanie poradzić sobie same.

Źródło: Komisja Wspólnot Europejskich. Wniosek w sprawie Decyzji Rady ustanawiającej Wspólnotowy Mechanizm Ochrony Ludności (przekształcenie). Bruksela, dnia 26.01.2006 r. (<http://eur-lex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2006:0029:FIN:PL:PDF>)

- a)
- b)
- c)
- d)

3. W którym roku Polska ratyfikowała Pierwszy Protokół Konwencji Genewskiej z 1977 roku?

3. Rola i zadania obrony cywilnej

- I. 1. W diagramie ukryte są (poziomo) pojęcia dotyczące roli obrony cywilnej. Wypisz je i powiąż z konkretnymi zadaniami obrony cywilnej.

1)	Z	A	C	I	E	M	N	I	E	N	I	E	Z
2)	K	A	L	A	R	M	O	W	A	N	I	E	B
3)	H	E	G	Ą	E	W	A	K	U	A	C	J	A
4)	A	P	L	A	N	O	W	A	N	I	E	Ń	C
5)	W	D	J	N	S	C	H	R	O	N	Y	K	L
6)	P	S	Z	K	O	L	E	N	I	E	Ń	G	L
7)	S	A	W	Y	K	R	Y	W	A	N	I	E	K
8)	A	S	W	G	A	S	Z	E	N	I	E	X	M
9)	W	P	O	M	O	C	S	F	G	J	K	U	O
10)	R	T	Y	U	P	O	R	Z	Ą	D	E	K	E

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)

7) Wykrywanie i rozpoznawanie skażeń (chemicznych, promieniotwórczych i biologicznych).

8)

9)

10)

2. Wyjaśnij pojęcie „zarządzanie kryzysowe”.

I.

3. Co to jest sytuacja kryzysowa?

I.

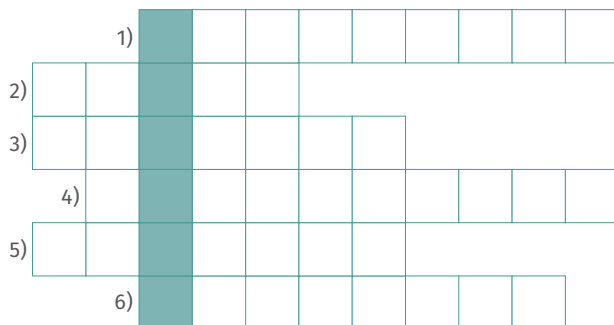
TYPOWE ZAGROŻENIA ŻYCIA I ZDROWIA

1. Zagrożenia wynikające z działania sił przyrody

- 2.1) 1. Wyjaśnij pojęcie „piorun”.
-
-
-
- 2.1) 2. W czasie burzy nie powinno się:
-
-
-
- 2.1) 3. Do najczęściej spotykanych zagrożeń wynikających z praw przyrody należą wyładowania atmosferyczne. Wymień zjawiska, jakie im towarzyszą.
- a)
- b)
- c)
- d)
- 2.1) 4. Aby chronić swoje zdrowie i życie w czasie burzy, należy unikać niebezpiecznych sytuacji, takich jak:
- a)
- b)
- c)
- d)
- 2.1) 5. Bezpośrednią przyczyną powodzi może być:
- a)
- b)
- 2.1) 6. Wyjaśnij pojęcie „przegrzanie organizmu”.
-
-
-

 7. Korzystając z różnych źródeł informacji (np. internetu), rozwiąż poniższą krzyżówkę.

p.p.



Znaczenie wyrazów

- 1) Wulkan, który zniszczył Pompeje w 79 roku.
- 2) Jest nośnikiem informacji w informatyce.
- 3) Dalekowschodnia kraina Rosji granicząca z Alaską.
- 4) Przymak niedźwiadków koala.
- 5) Ocean, na którym zanotowano najwięcej trzęsień ziemi.
- 6) Kartagiński wódz, dowódca armii, której część zginęła pod lawinami w 218 roku.

8. Czym objawia się poparzenie słoneczne?

2.1)

9. Dlaczego w okresach suszy często wprowadza się zakaz wstępu do lasu?

2.1)

2. Zagrożenia wynikające z ingerencji w środowisko naturalne

 1. Wykorzystując dostępne informacje, podaj datę tzw. powodzi tysiąclecia w Polsce w 1997 roku oraz liczbę śmiertelnych ofiar.

2.1)

2. Na obszarze Polski znajduje się 140 sztucznych zbiorników wodnych z zaporami piętrzącymi. Wykorzystując internet, wymień dwa największe z nich.

2.1)

2.1)

3. Na czym polega zjawisko tworzenia się tzw. niebezpiecznych chmur?

p.p.

4. Wymień negatywne skutki cywilizacji dla przyrody.

a)

b)

c)

2.1)

5. W wyniku awarii elektrowni atomowych dochodzi do:

a)

b)

2.1)

6. Opadanie pyłu radioaktywnego wiąże się z nieuchronnym skażeniem:

a)

b)

c)

d)

p.p.

7. Podaj dokładną datę awarii elektrowni atomowej w Czarnobylu na Ukrainie.



3.2)

8. Wykorzystując różne źródła informacji, opisz sposoby zabezpieczania żywności przed skażeniami i zanieczyszczeniami w opakowaniach.

9. W jaki sposób zabezpieczamy wodę przed skażeniem?

3.2)

10. Indywidualne środki ochrony przed skażeniami zabezpieczają przed środkami trującymi, biologicznymi, pyłem radioaktywnym. Należą do nich:

3.4)

a)

b)

11. Wymień środki ochrony skóry.

3.4)

•

•

•

•

12. Wymień zastępcze środki ochrony skóry.

4.4)

•

•

•

•

•

•

3. Zagrożenia w domu, w szkole, w najbliższej okolicy

1. Jakie mogą być skutki używania niesprawnych urządzeń i instalacji gazowych w domu?

2.1)

.....

.....

.....

.....

2. W jaki sposób należy zabezpieczyć przed małymi dziećmi gniazda poboru energii elektrycznej w domu?

2.1)

.....

.....

.....

.....

.....

2.4)

3. Budynki szkół jako obiekty użyteczności publicznej muszą być wyposażone w odpowiednią liczbę gaśnic oraz posiadać:

2.2)

4. Każdy uczeń na wypadek ewakuacji w szkole powinien znać:

2.1)

5. Czym grozi nieostrożna zabawa w wodzie?

2.1)

6. Wpisz cztery różne określenia tematycznie związane z zagrożeniami w domu, w szkole i w najbliższej okolicy.

Z

W

P

U

4. Zagrożenia w ruchu drogowym oraz w obiektach użyteczności publicznej



p.p.

1. Korzystając z różnych źródeł informacji, wymień ogólny podział dróg w Polsce.

- a)
- b)
- c)
- d)

p.p.

2. Podaj istotny powód zakazu wyprzedzania pojazdem na zakręcie.



3. Korzystając z internetu, uzupełnij tabelę.

2.4)

Grupa pożaru	Rodzaj pożaru
A	pożary materiałów stałych
B	
C	
D	
E	pożary tłuszczów i olejów w urządzeniach kuchennych

4. Jakie zagrożenie może wystąpić przy drogowym transporcie materiałów niebezpiecznych?

4.3)

5. Zasady przeprowadzania ewakuacji

1. Wyjaśnij pojęcie „ewakuacja”.

2.2)

2.2)

2. Wymień rodzaje ewakuacji.



2.2)

3. Podaj zakres czynności wchodzących w poszczególne stopnie ewakuacji.

a) pierwszy –

b) drugi –

c) trzeci –

2.3)

4. Ile wody przysługuje dziennie każdej ewakuowanej osobie?



2.2)

5. Co oznaczają poniższe znaki? Do odpowiedzi wykorzystaj internet.

A.



B.



C.



A.

B.

C.

OCHRONA PRZECIWPÓŻAROWA

1. Pożar. Inne miejscowe zagrożenie. Klęska żywiołowa

1. Ochrona przeciwpożarowa w myśl przepisów uchwalonych po 1991 roku polega na realizacji przedsięwzięć mających na celu ochronę czterech wartości. Wymień je.

2.4)

- a)
- b)
- c)
- d)

2. Wymień elementy tzw. trójkąta pożaru.

2.4)

- a)
- b)
- c)



3. Nazwij urządzenia przeciwpożarowe przedstawione na zdjęciach.

2.4)



.....

.....



4. Jakie typy gaśnic zaprezentowano na zdjęciach poniżej?

2.5)



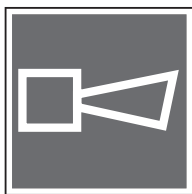
A.

B.



5. Co przedstawiają poniższe znaki przeciwpożarowe? Do odpowiedzi wykorzystaj internet.

2.4)



A.



B.



C.



D.

A.

.....

B.

.....

C.

.....

D.

.....

2.5)

6. Gaśnice są najpowszechniejszymi urządzeniami przeciwpożarowymi. Wyróżnia się następujące rodzaje gaśnic:

.....

.....

.....

2.5)

7. Aby gaśnica była sprawna technicznie i gotowa do użycia, musi spełniać następujące warunki:

a)

.....

b)

.....

2. Zakres ochrony przeciwpożarowej i jej organizacja

p.p.

1. Do zadań Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego należą:

a)

b)

c)

d)

.....

 2. Na podstawie schematu wymień, jakie jednostki stanowią podstawowy trzon Krajowego Systemu Ratowniczo-Gaśniczego:

a) w gminie –

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

b) w powiecie –

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



p.p.

3. Sposób postępowania w przypadku pożaru



1. Uzupełnij poniższy tekst.

W wypadku powstania pożaru najważniejszym zadaniem jest
..... w najbliższym sąsiedztwie.

2. Wymień trzy podstawowe czynności, jakie należy wykonać po powstaniu pożaru i zaalarmowaniu najbliższego otoczenia.

powiadomienie –

udzielenie –

przystąpienie –

2.7)

2.7)



3. O czym informują poniższe znaki?

2.5)



A.

B.

2.5)

4. Aby ugasić pożar za pomocą hydrantu, należy:

- a)
- b)
- c)



5. Na podstawie internetu podaj, ile razy Państwowa Straż Pożarna interweniowała, niosąc pomoc poszkodowanym w 2014 roku w Polsce.

p.p.



6. Uzupełnij zdania.

2.5)

2.6)

Podręczny sprzęt gaśniczy jest używany, zanim, zanim

Najczęściej stosowaną gaśnicą jest gaśnica, ponieważ

Ognisko gasimy, ponieważ

Nie wolno stosować wody do gaszenia

Podręczny sprzęt gaśniczy to taki, który

Gaśnica proszkowa służy do gaszenia

Kocem gaśniczym można ugasić

Hydranty zewnętrzne służą do

Za pomocą hydrantów wewnętrznych



7. Kolega prasował ubranie. Brat zawołał go do drugiego pokoju. Wszedłeś do pokoju i zobaczyłeś palące się ubranie. Co zrobisz? Przedstaw swoje działania.

2.5)

ZASADY ZACHOWYWANIA SIĘ PODCZAS WYPADKÓW I KATASTROF

1. Sposób postępowania w przypadku miejscowego zagrożenia

1. Jakie znasz rodzaje miejscowych zagrożeń? Wykorzystaj wiedzę z podręcznika.

2.1)

- a)
- b)
- c)
- d)
- e)
- f)

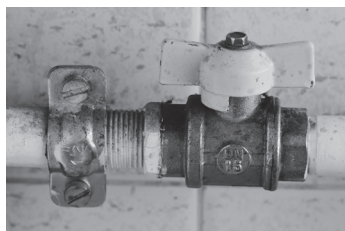
2. Napisz, co należy zrobić, by zapobiec zagrożeniu, jeżeli obluźowało się mocowanie gniazdka elektrycznego lub wtyczka w czasie pracy się nagrzewa.

2.7)



3. Do czego służy zawór przedstawiony na zdjęciu?

p.p.



4. W wypadku wycieku gazu ziemnego należy:

2.7)

2.7)

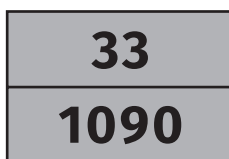
5. W wypadku zagrożenia silnymi wiatrami lub wichurami informacje o tym zagrożeniu można uzyskać:

p.p.

6. Opisz różnicę między kolizją a wypadkiem.

4.2)

7. Jakie materiały przewozi pojazd oznaczony pomarańczową tablicą?



4.3)

8. Podczas awarii instalacji chemicznych lub zbiorników z substancjami toksycznymi może powstać chmura gazowa przemieszczana przez wiatr. Najlepszym sposobem uniknięcia tego zagrożenia jest:

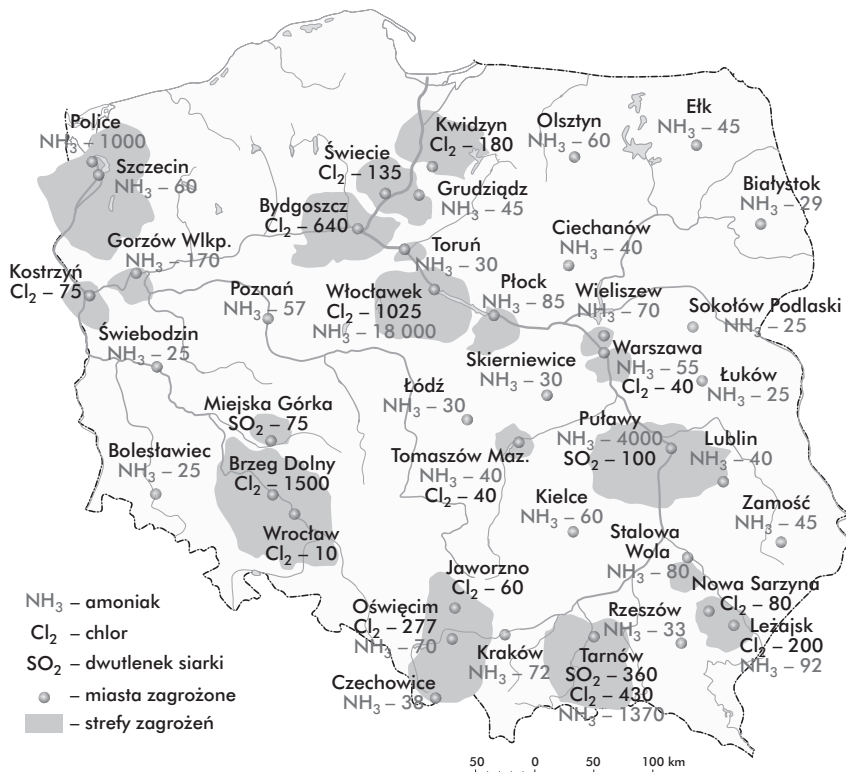
4.3)

9. Co należy zrobić w razie zagrożenia chmurą gazową, gdy ewakuacja jest niemożliwa?



10. Na mapie przedstawiono miasta i strefy zagrożone trującymi środkami przemysłowymi. Wymień, z jakimi trującymi środkami mamy do czynienia w okolicy Wrocławia i Puław.

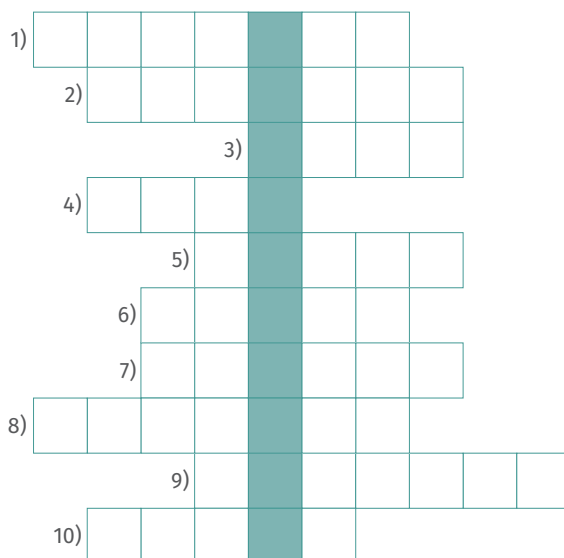
4.1)



2. Sposób postępowania w wypadku klęski żywiołowej

2.1)

1. Rozwiąż krzyżówkę. Litery w zaznaczonych polach utworzą hasło.



Znaczenie wyrazów

- 1) Zdarzenie drogowe bez poszkodowanych.
- 2) Zdarzenie drogowe z poszkodowanymi uczestnikami.
- 3) Opad atmosferyczny.
- 4) Lekki w czasie upału.
- 5) Wywołany zwarcie instalacji elektrycznej.
- 6) Służy do pieczenia kurczaków.
- 7) Pakujesz w niego najbardziej potrzebne rzeczy w czasie ewakuacji.
- 8) Po powrocie ze szkoły zmieniasz je w domu.
- 9) Silny, porywisty wiatr.
- 10) Chodzi do gimnazjum lub liceum.

Wyjaśnij znaczenie hasła.

2. W przypadku ewakuacji należy zabrać z domu tylko najbardziej potrzebne rzeczy, które musisz zmieścić w plecaku. Wymień je.

2.2)



3. Mapa poniżej przedstawia tereny zagrożone powodzią. Jakie rzeki zagrażają wymienionym miastom?

2.1)



Konin
 Kraków
 Gorzów Wielkopolski
 Rzeszów
 Zielona Góra

3. Telefony alarmowe. Sposoby informowania o powstaniu zdarzenia

- 2.7) 1. Podaj adres najbliższej Państwowej Straży Pożarnej w twoim miejscu zamieszkania.

.....

.....

.....

- 2.7)
6.3) 2. Wymień numery telefonów alarmowych obowiązujących w sytuacjach szczególnych.

Służba ratownicza	Numer telefonu
Pogotowie energetyczne	
Pogotowie gazowe	
Pogotowie ciepłownicze	
Pogotowie wodno-kanalizacyjne	
Policja	
Państwowa Straż Pożarna	
Pogotowie ratunkowe	

- 6.3) 3. Podaj ogólnoeuropejski numer telefonu alarmowego.

- 6.3) 4. Jeśli dzwonisz pod numer 112:

a) z telefonu stacjonarnego, to skontaktujesz się z

b) z telefonu komórkowego, to skontaktujesz się z



5. Dzwoniąc pod numer alarmowy, należy:

2.7)
6.3) a)

b)

c)

d)

.....

.....

ŹRÓDŁA PROMIENIOWANIA JĄDROWEGO I JEGO SKUTKI

1. Wpływ skażeń i zakażeń na ludzi, zwierzęta, żywność i wodę



1. Uzupełnij tabelę.

3.1)

	Gaz bezbarwny, o ostrym, przenikliwym zapachu, lżejszy od powietrza; wywołuje ostry kaszel, obrzęk płuc, poparzenia skóry oraz utratę wzroku. Jego nadmiar w środowisku powoduje u zwierząt hodowlanych spadek odporności i zahamowanie ich wzrostu, a także zamieranie życia w zbiornikach wodnych (eutrofizacja).
Kwas azotowy	
Chlor	
	Bezbarwna, oleista ciecz, bezwonna; działanie podobne do kwasu azotowego. Jest szczególnie szkodliwa dla środowiska. W bezpośredniej styczności zabija wszelkie formy życia.



2. Uzupełnij definicję.

3.1)

Promieniowaniem nazywa się wysyłanie przez jakieś ciało lub Przykładami promieniowania są między innymi promieniowanie radiowe, promieniowanie świetlne, promieniowanie mikrofalowe, promieniowanie ultrafioletowe, promieniowanie rentgenowskie oraz najbardziej przenikliwe promieniowanie Do promieniowania cząsteczkowego zalicza się promieniowanie i promieniowanie

p.p.

3. Poszczególnym drobnoustrojom przyporządkuj objawy chorób, które wywołują. W pierwszej kolumnie wpisz odpowiednią literę.

	BAKTERIE CHOLERY
	BAKTERIE DŻUMY
	WIRUS EBOLA
	LASECZKI WĄGLIKA
	DUR BRZUSZNY

A.	Drobnoustroje atakują górne drogi oddechowe; początkowo choroba przypomina zwykłą infekcję, później pojawiają się wymioty, bóle stawów oraz krwotoki. Środki zaradcze to szczepienia i antybiotyki. Zbyt długie działanie bakterii na organizm może doprowadzić do śmierci.
B.	Zakażenie prowadzi do infekcji żołądka, wywołuje silną gorączkę, powiększenie węzłów chłonnych oraz owrzodzenie jelit.
C.	Charakterystyczne dla przebiegu choroby jest występowanie czterech okresów jej rozwoju. Podczas pierwszego okresu, który trwa do kilku dni, występują: niepokój, bezsenność, złe samopoczucie, bóle i zawroty głowy, brak apetytu, nudności, wymioty, biegunka.
D.	Zakażenie wywołuje silny nieżyt jelitowo-żołądkowy, który prowadzi do odwodnienia organizmu i śmierci.
E.	Pierwsze objawy, polegające na wysokiej temperaturze, silnych bólach stawów oraz obfitym krwawieniu ze wszystkich otworów ciała, pojawiają się po 2–3 dniach. Jak do tej pory nie odkryto skutecznego środka leczenia.
F.	Zakażenie wywołuje wysoką gorączkę oraz obrzęk płuc. Choroba nieleczona powoduje zgon po 2–5 dniach.



3.

4. Korzystając z różnych źródeł informacji, wymień jak najwięcej źródeł promieniowania, z którym można się zetknąć na co dzień.

2. Zabezpieczenie żywności i wody przed skażeniami



1. Uzupełnij tabelę, wpisując rodzaj żywności zabezpieczonej przed skażeniem w podanych opakowaniach.

3.2)

Opakowanie	Przechowywana żywność
Szczelne metalowe puszki	
Szczelne wielowarstwowe	
Szczelne szklane	
Szczelne drewniane	

2. Wyjaśnij pojęcia „pasteryzacja” i „tyndalizacja”. Z czym są one związane? Czym się różnią?

3.2)

Pasteryzacja

.....

Tyndalizacja

.....

Procesy są wykorzystywane przy

.....

.....



Plan działań

3. Zastępcze środki ochrony dróg oddechowych i skóry

1. Opisz, jak przygotujesz dla siebie odzież zastępczą. W opisie podaj rodzaj odzieży i jej właściwości.

4.4)

2. Znajdź w diagramie wyrazy oznaczające nazwy związane z tematem. Wypisz je i wyjaśnij ich znaczenie.

4.4)

1)	W	M	A	S	K	A	P	R	Z	E	C	I	W	G	A	Z	O	W	A	S
2)	O	S	D	O	D	Z	I	E	Ż	O	C	H	R	O	N	N	A	S	A	K
3)	D	A	R	F	I	L	T	R	O	P	O	C	H	Ł	A	N	I	A	C	Z
4)	S	K	O	M	B	I	N	E	Z	O	N	O	C	H	R	O	N	N	Y	M
5)	P	O	D	Z	I	E	Ż	S	K	Ó	R	Z	A	N	A	L	E	G	A	R
6)	S	K	Ł	A	Z	A	S	T	Ę	P	C	Z	E	Ś	R	O	D	K	I	R
7)	O	K	O	D	Z	I	E	Ż	G	A	Z	O	S	Z	C	Z	E	L	N	A

1)

2)

3)

4)

5)

6)

7)

4.4)

3. Uzasadnij w kilku zdaniach, dlaczego każdy powinien umieć przygotować odzież i zastępcze środki ochrony dróg oddechowych na wypadek skażenia.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

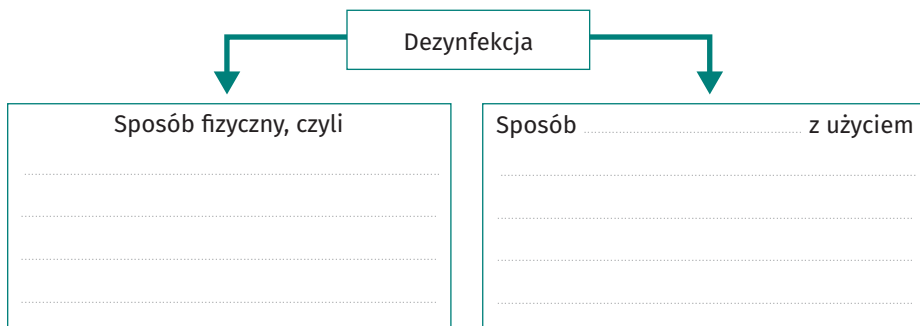
.....

4. Zabiegi specjalne i sanitarne



1. Uzupełnij wykres.

3.3)



2. Uzupełnij zdania.

3.4)

Przy odkażaniu chemicznym stosuje się,,,,

Ropa naftowa, benzyna, aceton i alkohol to rozpuszczalniki stosowane przy
..... . Łąki i pola odkaża się sposobem przez

.....
.....
.....

Dezaktywację wykonujemy po skażeniu Może być ona:
..... lub

Fizykochemiczna dezaktywacja polega na
.....
.....
.....

3. Znajdź w diagramie wyrazy oznaczające nazwy związane z tematem. Wypisz je i wyjaśnij ich znaczenie.

3.4)

1)	D	G	Z	A	B	I	E	G	I	S	P	E	C	J	A	L	N	E
2)	F	I	Z	Y	K	O	C	H	E	M	I	C	Z	N	Y	M	I	L
3)	D	R	D	E	Z	Y	N	F	E	K	C	J	A	S	E	T	Y	H
4)	Q	W	A	G	Y	V	F	D	E	Z	Y	N	S	E	K	C	J	A
5)	A	K	D	E	Z	A	K	T	Y	W	A	C	J	A	X	J	E	L
6)	S	T	O	D	P	O	D	K	A	Z	A	N	I	E	K	E	T	Y
7)	R	G	K	D	E	R	A	T	Y	Z	A	C	J	A	B	O	R	K



4. Wymień sytuacje, w których wykonuje się całkowite zabiegi sanitarne w warunkach domowych.

3.4)

Czym grozi człowiekowi zaniechanie zabiegów w tych sytuacjach?



5. Uzupełnij zdania.

3.4)

Zabiegi sanitarne to

IPP to

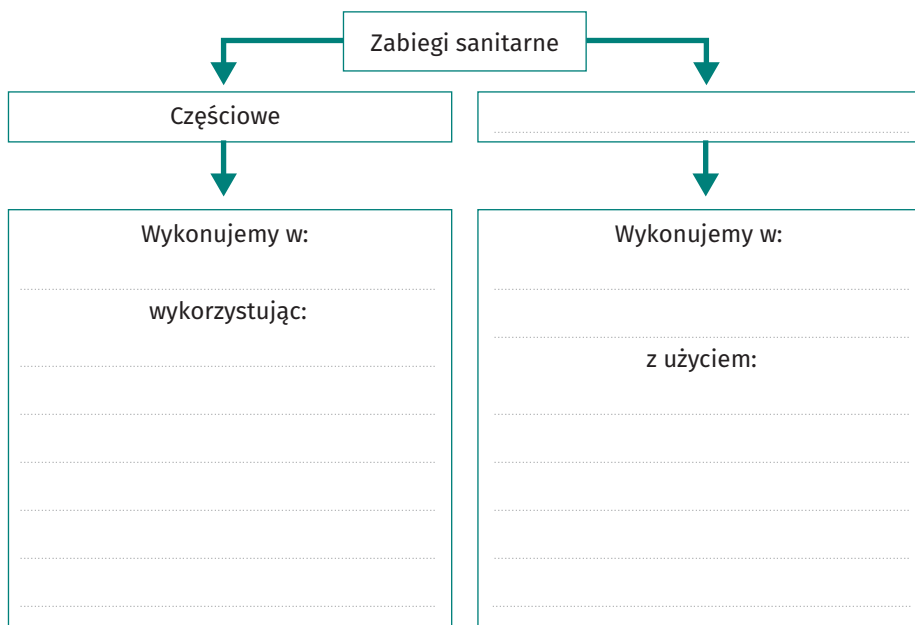
służy do

IPR to

i służy on do

Całkowite zabiegi sanitarne polegają na

Uzupełnij wykres.



OZNAKOWANIE SUBSTANCJI TOKSYCZNYCH

1. Rodzaje materiałów niebezpiecznych i ich oznakowanie

1. Co to są materiały niebezpieczne?

4.1)

2. Co zawiera karta charakterystyki substancji niebezpiecznej?

4.1)

3. Podstawowym kryterium podziału materiałów niebezpiecznych są ich właściwości. Wymień rodzaje substancji i preparatów niebezpiecznych wg tego kryterium.

4.1)

Substancje i preparaty niebezpieczne

-
-
-
-
-
-
-
-
-
-

4.1)

4. Na opakowaniu materiału niebezpiecznego musi się znajdować:



5. Jakie oznaczenie substancji niebezpiecznych przedstawiają poniższe symbole?

4.2)











6. Uzupełnij poniższą tabelę.

4.3)

Symbol	Sposób postępowania z niebezpieczną substancją
S15	
	nie przechowywać w pobliżu źródeł ognia – nie palić tytoniu
S17	
	otwierać pojemnik ostrożnie, zachować ostrożność w trakcie wszelkich manipulacji
S20	
	nie wdychać pyłu
S24	
	unikać zanieczyszczenia oczu



7. Uzupełnij poniższą tabelę.

4.2)

Symbol	Rodzaj zagrożenia
R10	
	reaguje gwałtownie z wodą
R17	
	działa szkodliwie w wypadku kontaktu ze skórą
R22	
	działa toksycznie przy wdychaniu

2. Transport materiałów niebezpiecznych

1. ADR to skrót oznaczający:

4.2)

2. RID to skrót oznaczający:

4.2)



3. W celu jednoznacznego rozróżnienia transportowanych materiałów niebezpiecznych podzielono je na klasy. Uzupełnij tabelę.

4.2)

Symbol	Rodzaj materiału
Klasa 1	
Klasa 2	
Klasa 3	
Klasa 4.1	
Klasa 4.2	

Klasa 4.3	
Klasa 5.1	
Klasa 5.2	
Klasa 6.1	
Klasa 6.2	
Klasa 7	
Klasa 8	
Klasa 9	

4.3)

4. Przed rozpoczęciem transportu materiałów zaliczanych do najbardziej niebezpiecznych należy:

4.2)

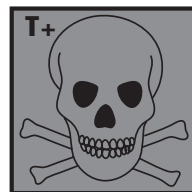
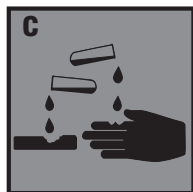
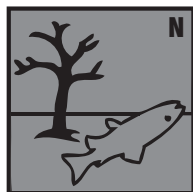
5. Aby zidentyfikować materiał niebezpieczny i określić rodzaj zagrożenia, jaki stwarza w transporcie drogowym, wykorzystuje się pomarańczowe tablice ostrzegawcze. Co oznaczają cyfry na takich tablicach?



6. Co oznaczają poniższe znaki i naklejki ostrzegawcze ADR? Do odpowiedzi wykorzystaj treści z podręcznika.

4.2)

A.  B.  C.  D. 



- E. _____
- F. _____
- G. _____
- H. _____
- A. _____
- B. _____
- C. _____
- D. _____
- E. _____
- F. _____
- G. _____
- H. _____

 7. Co oznaczają poniższe naklejki ostrzegawcze ADR? Do odpowiedzi wykorzystaj treści z podręcznika.

4.2)



- A. _____
- B. _____
- C. _____
- D. _____
- E. _____
- F. _____
- G. _____
- H. _____
- I. _____
- J. _____
- A. _____
- B. _____
- C. _____
- D. _____
- E. _____
- F. _____
- G. _____
- H. _____
- I. _____
- J. _____



OSTRZEGANIE LUDNOŚCI O ZAGROŻENIACH

1. Systemy alarmownia i informowania ludności

- 1.1) 1. W Polsce obowiązują określone sygnały alarmowe i komunikaty ostrzegawcze. Kto ma prawo ich wprowadzania i ogłaszania?

.....

.....

.....

- 5.1) 2. Wymień sposoby ogłaszania alarmów.

.....

.....

.....

.....

- 5.1) 3. Wymień sposoby odwoływania alarmów.

.....

.....

.....



4. Co określają wizualne sygnały alarmowe przedstawione poniżej?

5.1)



A.

B.

5. Przedstaw zasady postępowania ludności po ogłoszeniu sygnałów alarmowych.

5.2)

Alarm powietrzny

Alarm o skażeniach

 6. Ustal, gdzie w twoim najbliższym otoczeniu znajduje się syrena alarmowa.

5.1)

2. Zachowanie ludności po ogłoszeniu alarmu

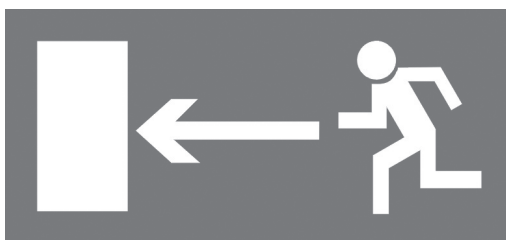
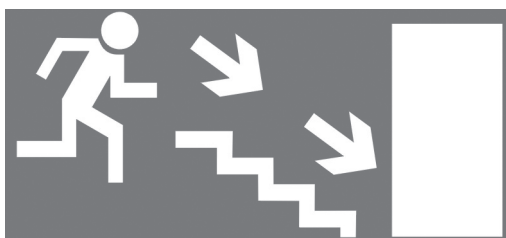
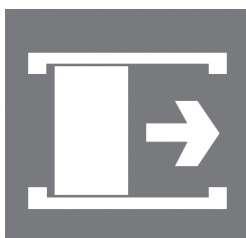
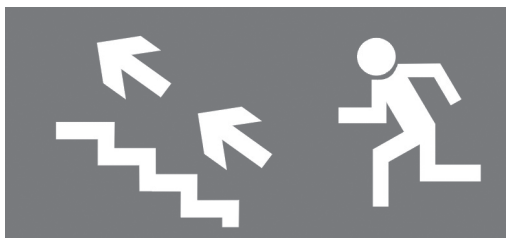
 1. Na stronach Wojewódzkiej Stacji Sanitarno-Epidemiologicznej swojego województwa odszukaj przykład komunikatu zawierającego uprzedzenie o zagrożeniu zakażeniami. Krótko przedstaw treść komunikatu.

5.1)



2. Opisz znaczenie poniższych znaków ewakuacyjnych.

2.2)
5.2)
5.3)



5.1)

3. Poszczególnym rodzajom alarmów przyporządkuj sposoby ich ogłaszania. W wolne rubryki wpisz kolejno odpowiednie litery.

						ALARM POWIETRZNY
						ALARM O SKAŻENIACH

A.	Znak czarny, najlepiej w kształcie trójkąta
B.	Ciągły, modulowany dźwięk syreny w okresie jednej minuty
C.	Znak czerwony, najlepiej w kształcie kwadratu.
D.	Dźwięk ciągły syreny trwający 3 minuty
E.	Przerywany, modulowany dźwięk syreny
F.	3-sekundowe dźwięki klaksonu samochodu oraz 1 sekunda przerwy

PIERWSZA POMOC

1. Pojęcie i zakres pierwszej pomocy

1. Napisz definicje.

Pierwsza pomoc –

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Stany bezpośredniego zagrożenia życia –

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Resuscytacja krążeniowo-oddechowa –

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Pozycja bezpieczna –

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6.

6.1)

2. Wymień cele udzielania pierwszej pomocy.

6.

3. Rozwiąż krzyżówkę zamieszczoną poniżej. Litery w zaznaczonych polach utworzą hasło związane z nagłym zdarzeniem (np. drogowym).

1) The first letter of the alphabet

2) The second letter of the alphabet

3) The third letter of the alphabet

4) The fourth letter of the alphabet

5) The fifth letter of the alphabet

6) The sixth letter of the alphabet

7) The seventh letter of the alphabet

1) Pracuje w pogotowiu ratunkowym.

2) Lekarz „od zębów”.

3) W lecie często są przyczyną omdleń.

4) Uszkodzenie kości na przykład podczas jazdy na nartach.

5) Jeden z wielu w szpitalu, na przykład chirurgiczny, laryngologiczny.

6) Powierzchnowa część skóry.

7) Inaczej ambulans ratunkowy.



4. Wymień czynności ratownicze wykonywane w ramach pierwszej pomocy na miejscu wypadku.

6.4)

6.6)

10)

5. Wyjaśnij, czy w sytuacji, gdy dochodzi do zatrzymania pracy serca, konieczne jest podjęcie czynności ratowniczych w ciągu 3–5 minut.

6.1)

TAK

NIE

Uzasadnij wybraną odpowiedź.

2. Ogólne zasady postępowania na miejscu wypadku

1. Podczas udzielania pierwszej pomocy na miejscu wypadku należy postępować według planu, pamiętając o kolejnych czynnościach akcji ratunkowej. Podaj ogólne zasady postępowania na miejscu nagłego wypadku.

6.4)

6.6)

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)

2. Do środków ochrony osobistej ratownika podczas udzielania pierwszej pomocy na miejscu wypadku zalicza się:

6.2)

- a)
- b)
- c)

3. Napisz definicję.

6.2)

Aseptyka (jałowość) –

4. Czynności pierwszej pomocy to:

6.1)

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)



5. W kilku zdaniach opisz sytuację przedstawioną na zdjęciu.

6.8)



6.8)

6. Napisz, na czym polega ocena oddychania u poszkodowanego.

6.3)

7. Wpisz, do jakich służb ratunkowych należą numery alarmowe:

997	
998	
999	
112	

8. Będąc świadkiem nagłego wypadku, musisz wezwać pomoc specjalistyczną. Napisz prawidłową treść meldunku-wezwania służb ratunkowych.

6.3)

Pamiętaj! Informacje o wypadku muszą być zwięzłe i dokładne.

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

5) _____

9. Ułóż prawidłową kolejność czynności oceny podstawowych funkcji życiowych poszkodowanego: ocena drożności dróg oddechowych, ocena oddychania, ocena przytomności.

6.8)

1)	
2)	
3)	



10. Wymień, jakie informacje należy przekazać przybyłemu na miejsce wypadku zespołowi ratownictwa medycznego.

6.3)

1) _____

2) _____

3) _____

4) _____

5) _____

3. Przenoszenie i ewakuacja poszkodowanych

- 6.7) 1. Napisz, w jakich sytuacjach należy przenosić poszkodowanego, aby udzielić mu pierwszej pomocy.

- 6.7) 2. Wyjaśnij następującą zasadę postępowania ratowniczego: Nie przenoś poszkodowanego, gdy nie ma takiej potrzeby.

- 6.7) 3. Wymień sposoby przenoszenia poszkodowanych przez jednego ratownika.

- 6.7) 4. Wymień sposoby przenoszenia poszkodowanych przez dwóch ratowników.

- 6.7) 5. Wyjaśnij, od czego zależy sposób przenoszenia poszkodowanego.

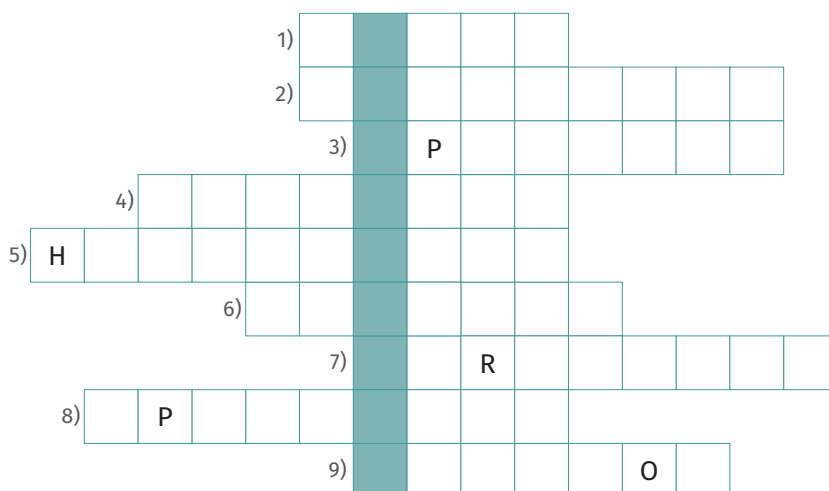
6. Zaznacz, która z odpowiedzi (A, B, C, D) jest prawidłowa.

6.7)

Prawidłowa kolejność czynności w celu wykonania chwytu Rauteka	A	B	C	D
Obejmij od tyłu poszkodowanego.	1	2	3	4
Wsuń swoje ręce pod jego pachy.	1	2	3	4
Chwyc oburącz za zgięte przedramię poszkodowanego.	1	2	3	4
Ułóż głowę poszkodowanego na swoim ramieniu, barku i zabezpiecz ją swoją głową, stabilizując w ten prowizoryczny sposób głowę i szyję poszkodowanego.	1	2	3	4

7. Rozwiąż krzyżówkę zamieszczoną poniżej. Litery w zaznaczonych polach utworzą hasło związane z zaopatrywaniem ran.

6.



- 1) Używane do przenoszenia poszkodowanych.
- 2) Inaczej padaczka.
- 3) Służy do przechowywania materiałów opatrunkowych.
- 4) Jałowość.
- 5) Oziębienie, najczęściej występuje przy bardzo niskich temperaturach.
- 6) Nazwa chwytu stosowanego na przykład podczas wyciągania poszkodowanego z pojazdu.
- 7) Substancje, których używanie powoduje uzależnienia.
- 8) Uszkodzenie skóry w następstwie działania ciepła.
- 9) Wypływ krwi poza naczynia krwionośne, najczęściej wskutek urazu.

4. Pierwsza pomoc na miejscu wypadku drogowego

1. Napisz definicję.

p.p.

Wypadek komunikacyjny –

.....



6.6)

2. Wymień czynności ratownicze wykonywane w ramach pierwszej pomocy na miejscu wypadku drogowego.

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)

6.4)

3. Jesteś świadkiem wypadku drogowego. Jeden z pojazdów leży na dachu. W pojeździe tym znajdują się poszkodowani. Odpowiedz, czy wolno postawić na koła samochód leżący na dachu.

TAK

NIE

Uzasadnij wybraną odpowiedź.

.....

.....

.....

6.7)

4. Wymień, w jakich sytuacjach można wyciągać osobę poszkodowaną z uszkodzonego pojazdu.

- 1)
 - 2)
-

6.6)

5. Odpowiedz, czy wszystkim poszkodowanym w wypadkach drogowych i w wyniku upadków z wysokości trzeba, jeszcze na miejscu zdarzenia, wykonać unieruchomienie kręgosłupa szyjnego.

TAK

NIE

Uzasadnij wybraną odpowiedź.

.....

.....

.....

.....

.....



6. W kilku zdaniach opisz sytuację przedstawioną na zdjęciu.

6.7)



5. Pierwsza pomoc przy utracie przytomności

1. Napisz definicje.

Zawał serca –

Udar mózgu –

Padaczka –

Udar cieplny –

Omdlenie –

2. Wymień przyczyny utraty przytomności.

a)

b)

c)

6.

6.9)

6.9)

3. Odpowiedz, czy osoba nieprzytomna leżąca na plecach może udusić się własnym językiem.

TAK

NIE

Uzasadnij wybraną odpowiedź.

.....

.....

.....

.....

6.6)
6.9)

4. Wymień – w odpowiedniej kolejności – ogólne zasady postępowania z nieprzytomnym poszkodowanym.

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)
- 8)
- 9)

6.6)
6.9)

5. Zaznacz prawidłowe odpowiedzi w poniższym zdaniu.

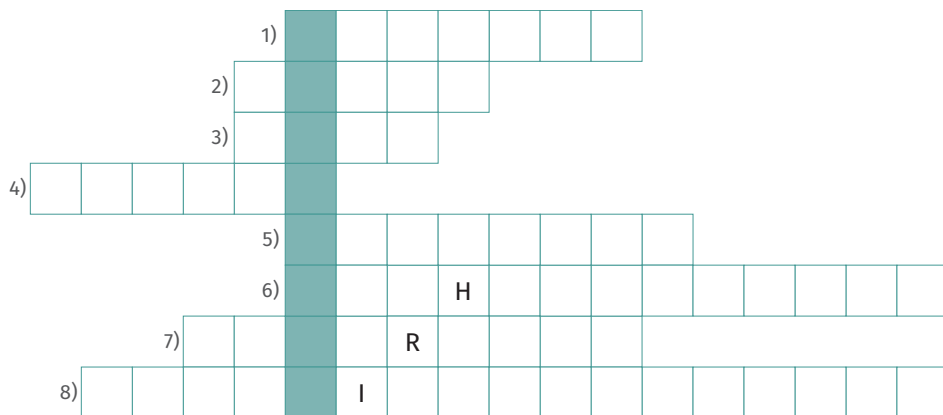
Podczas udzielania pomocy osobie nieprzytomnej nie wolno jej:

a) podawać niczego do picia	TAK	NIE
b) przenosić z miejsca na miejsce	TAK	NIE
c) pozostawiać bez opieki	TAK	NIE

6.

6. Rozwiąż krzyżówkę zamieszczoną na stronie obok. Litery w zaznaczonych polach utworzą hasło – nazwę choroby (przewlekłe zaburzenie pracy mózgu).

- 1) ... bezpieczna – układa się w niej osobę nieprzytomną, oddychającą prawidłowo.
- 2) Nagłe odcięcie dopływu krwi do serca w wyniku zablokowania tętnicy wieńcowej.
- 3) Dawniej nazywany apopleksją.
- 4) Szczeka dolna.
- 5) Przewlekła choroba charakteryzująca się podwyższonym poziomem cukru we krwi.
- 6) Wciągnięcie do dróg oddechowych wraz z wdychanym powietrzem ciał płynnych, na przykład śluzu, wymiocin lub ciał stałych w postaci orzechów, cukierków itp.
- 7) Inaczej lek (stosowany do leczenia wszystkich chorób).
- 8) Inaczej koc ratunkowy.



6. Resuscytacja krążeniowo-oddechowa

1. Napisz definicje.

6.11)

Defibrylacja –

Resuscytacja –

Reanimacja –

2. Napisz, jaki jest cel wykonywania podstawowych zabiegów resuscytacyjnych.

6.1)
6.11)

3. Wymień, jakie elementy składają się na podstawowe zabiegi resuscytacyjne.

6.11)

a)

b)

c)

d)

4. Napisz, w jaki sposób należy ocenić stan przytomności poszkodowanego.

6.8)

.....

.....

.....

.....

.....

.....



5. Uzupełnij schemat podstawowych zabiegów resuscytacyjnych u dorosłych.

6.11)



6.8)

6. Napisz, w jaki sposób należy ocenić, czy poszkodowany oddycha prawidłowo.

.....

.....

.....

6.8)

7. Zaznacz prawidłową odpowiedź. Sprawdzanie oddechu u poszkodowanego musi trwać około:

- a) 3 sekundy
- b) 5 sekund
- c) 10 sekund
- d) 20 sekund

6.11)

8. Napisz, jaka jest objętość jednego sztucznego oddechu u dorosłego poszkodowanego.

.....

.....

6.11)

9. Wyjaśnij pojęcie „hiperwentylacja”.

.....

.....

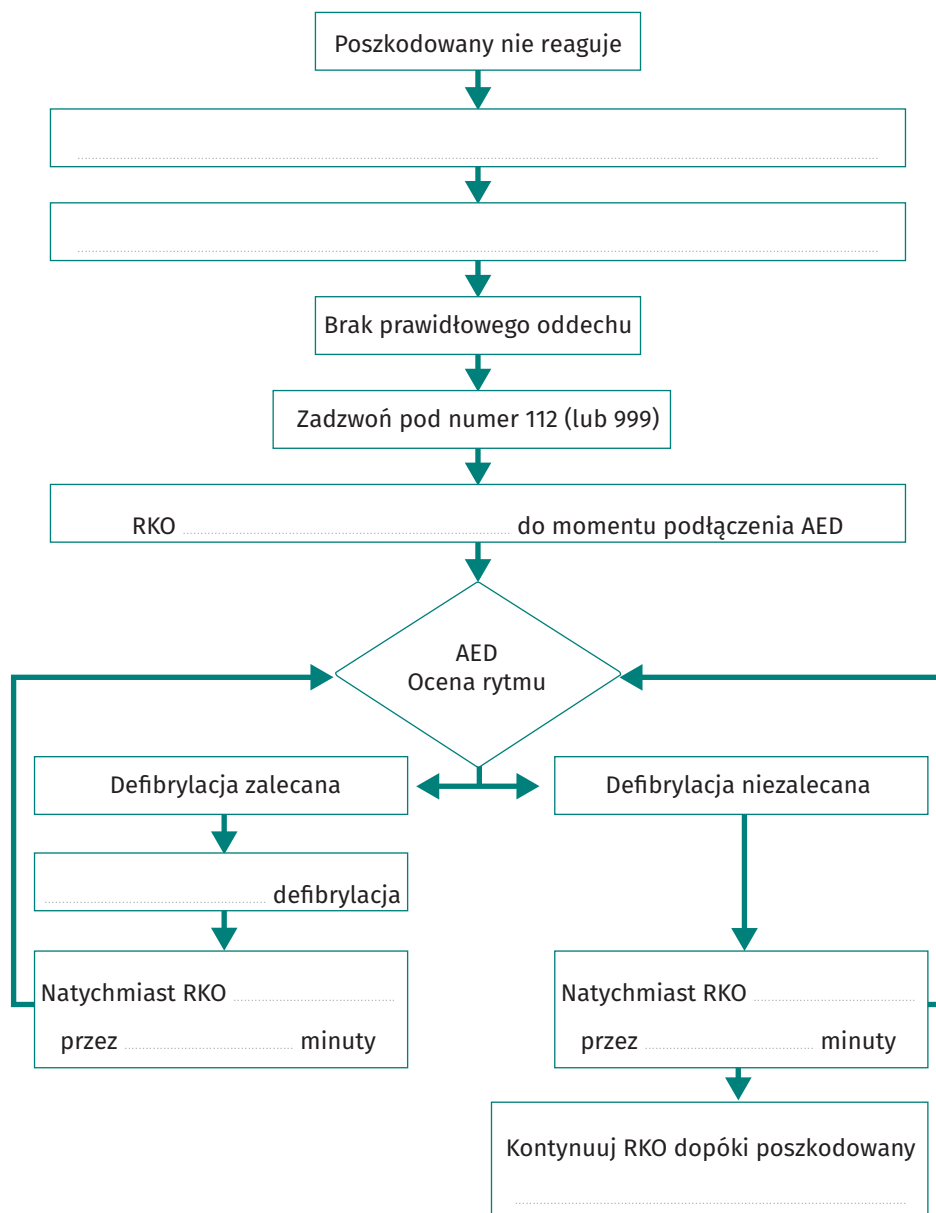
.....

.....



10. Uzupełnij schemat postępowania w podstawowych zabiegach resuscytacyjnych z użyciem automatycznego defibrylatora zewnętrznego.

6.11)





11. W kilku zdaniach opisz sytuację przedstawioną na zdjęciu.

6.11)



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

7. Pierwsza pomoc tonącym

6.4)

1. Zaznacz, która z definicji jest prawdziwa.

Tonięcie	następujący powoli proces umierania na skutek dostawania się wody do dróg oddechowych	TAK	NIE
Utonięcie	wypadek prowadzący do śmierci wskutek uduszenia spowodowanego zatkaniem dróg oddechowych treścią płynną, najczęściej wodą	TAK	NIE
Przytopienie	stan po zanurzeniu się w płynnym środowisku, połączony z duszeniem się, niezakończony śmiercią	TAK	NIE



2. Wymień zasady udzielania pierwszej pomocy tonącym.

6.6)

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)
- 8)

6.4)

6.6)

3. Wymień bezpieczne sposoby ratowania tonących.

.....

.....

.....

6.6)

4. Zaznacz prawidłową odpowiedź.

Udzielając pierwszej pomocy ofierze nieszczęśliwego skoku do wody, należy:

a) przed wyniesieniem poszkodowanego z wody ułożyć go na twardym podłożu (nosze-deska, deska surfingowa).	TAK	NIE
b) unieruchomić kręgosłup szyjny poszkodowanego i utrzymywać stabilizację kręgosłupa do czasu wykluczenia jego obrażeń.	TAK	NIE
c) udrożnić drogi oddechowe poszkodowanego.	TAK	NIE
d) nie zginać szyi (może to pogłębić obrażenia kręgosłupa szyjnego).	TAK	NIE

6.6)
6.17)

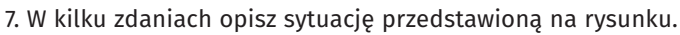
6.6)
6.17)

5. Napisz, dlaczego wyciągniętego z wody uszkodzanego, pod którym załamał się lód, nie wolno polewać ciepłą wodą.

6. Napisz, dlaczego podczas tonięcia nie należy próbować zdejmować z siebie ubrania.

6.4)
6.6)

6.4)
6.6)



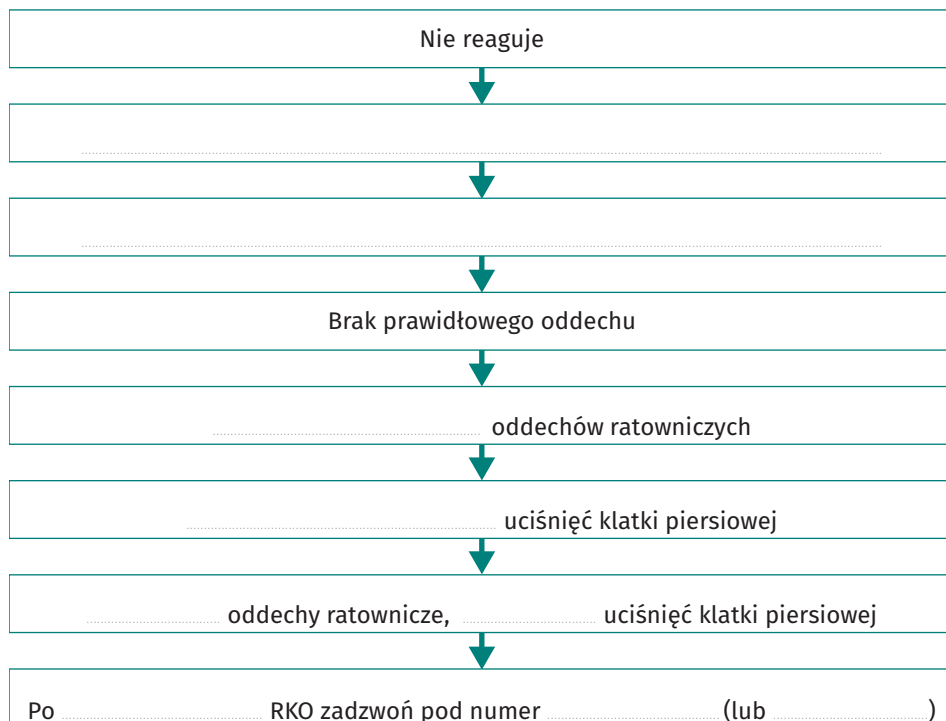
6.6)





8. Uzupełnij schemat postępowania ratowniczego u ofiar tonięcia.

6.6)



8. Pierwsza pomoc w przypadku porażenia prądem elektrycznym

6.12)

1. Napisz, jakie zasady bezpieczeństwa należy zastosować, udzielając pierwszej pomocy w przypadku porażenia prądem.

.....

.....

.....



2. Uzupełnij zdania.

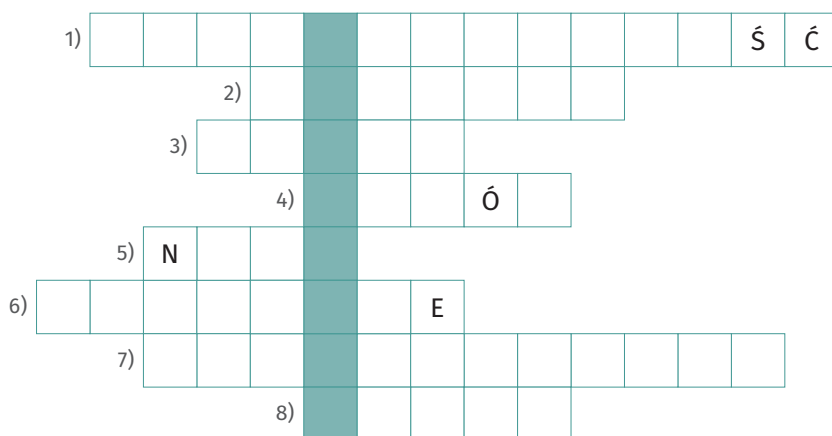
Udzielając pierwszej pomocy porażonemu prądem elektrycznym wysokonapięciowym występującym w napowietrznych liniach energetycznych, należy:

- 1) sytuację.
- 2) Zapewnić sobie i poszkodowanemu:
 - Wezwać
 - Nie zbliżać się do
 - Zachować odległość co najmniej metrów od poszkodowanego lub linii wysokiego napięcia.

- 3) Upewnić się, że prąd płynący w linii wysokiego napięcia został
- 4) Po zamknięciu dopływu prądu postępować tak, jak w przypadku porażenia
- 5) Być przygotowanym do natychmiastowych czynności

3. Rozwiąż krzyżówkę zamieszczoną poniżej. Litery w zaznaczonych polach utworzą hasło – nazwę osoby pracującej w zespole ratownictwa medycznego.

6.



- 1) Inaczej utrata przytomności (następstwo przzerwania prawidłowej czynności mózgu).
- 2) Środek transportu przeznaczony do przewozu chorych lub rannych.
- 3) Choroba, w której dominującym objawem jest ostra duszność powiązana ze świszczącym oddechem.
- 4) Sposób przymocowania bandaża podczas wykonywania opatrunków różnych okolic ciała.
- 5) Splot różnej długości i grubości włókien nerwowych.
- 6) Krótkotrwała utrata przytomności wywołana przejściowym niedokrwieniem mózgu.
- 7) Urządzenie medyczne służące do przeprowadzania zabiegu defibrylacji serca.
- 8) Łączy żelazko z gniazdkiem elektrycznym.

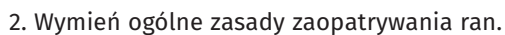
9. Pierwsza pomoc przy zranieniach

1. Napisz definicje.

6.13)

Rana –

Antyseptyka –



3. Wyjaśnij, na czym polega aseptyczne postępowanie podczas zaopatrywania rany.

4. Uzasadnij, dlaczego rany nie wolno zaopatrywać watą.

5. Napisz, jak postąpisz podczas udzielania pierwszej pomocy poszkodowanemu leżącemu na ulicy ze zranioną nogą, obficie krwawiącą.

6. Wyjaśnij pojęcia:

Obwój –

6.14)

Elastyczna siatka opatrunkowa –

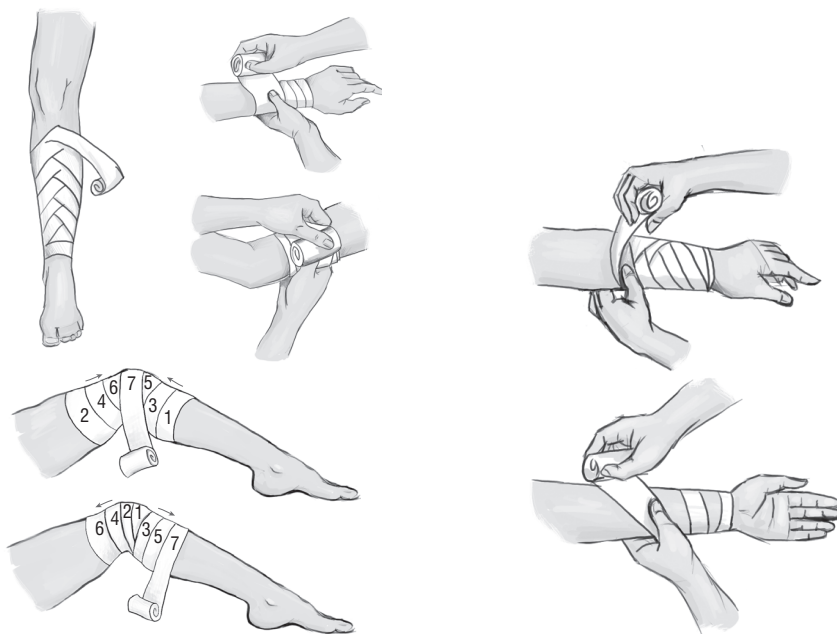
7. Opisz, jakie okolice ciała opatruje się elastyczną siatką opatrunkową.

6.15)



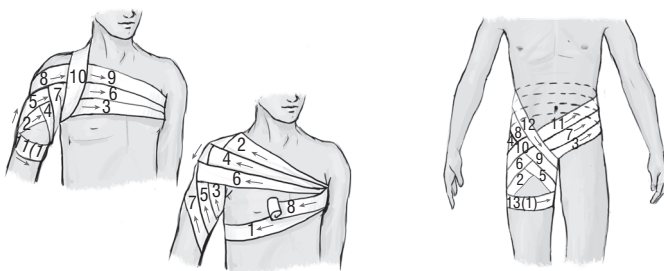
8. Podpisz poniższe rysunki nazwami obwojów.

6.15)



A. Obwój

B. Obwój



C. Obwój

6.13)
6.14)

9. Rozwiąż poniższą krzyżówkę. Litery w zaznaczonych polach utworzą hasło związane z bezpiecznym zaopatrywaniem rany.

1)																			
3																			
6)	M																		
8)																			

- 1) Rana powstająca w wyniku działania ostrego, tnącego narzędzia (nóż, brzytwa).
- 2) Rana powstająca w wyniku działania zakrzywionego narzędzia o tępej krawędzi (hak, bosak), godzącego skośnie lub stycznie do powierzchni ciała.
- 3) Rany powstające w wyniku ugryzienia przez człowieka lub zwierzę.
- 4) Rana powstająca w wyniku wnikięcia pocisku w tkanki.
- 5) Rana powstająca w wyniku działania tępego narzędzia (młotek, kamień, cegła) godzącego z dużą siłą prostopadle do powierzchni ciała.
- 6) Rany mieszane.
- 7) Rana powstająca w wyniku działania w głąb ostro zakończonego narzędzia (nóż).
- 8) Ślad na skórze po zagojeniu rany.

10. Pierwsza pomoc przy krwotokach



1. Uzupełnij definicje.

6.13)

Krwotok to wypływ krwi wskutek Krwawienie zewnętrzne to wypływ z naczyń krwionośnych.
Krwawienie wewnętrzne to wypływ do jam ciała, narządów lub

2. Wyjaśnij, dlaczego masywne krwawienia zewnętrzne i wewnętrzne są stanami bezpośredniego zagrożenia życia poszkodowanych.

6.13)

3. Przedstaw prawidłowy sposób zaopatrywania masywnego krwawienia zewnętrznego z rany głowy.

6.14)

4. Przedstaw prawidłowy sposób zaopatrywania masywnego krwawienia zewnętrznego z rany ściany klatki piersiowej.

6.14)



5. Wymień ogólne zasady postępowania w przypadku krwawienia zewnętrznego.

6.6)

6.14)

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)
- 8)
- 9)
- 10)



6. W kilku zdaniach opisz sytuację przedstawioną na zdjęciu.

6.13)



.....

.....

.....

.....

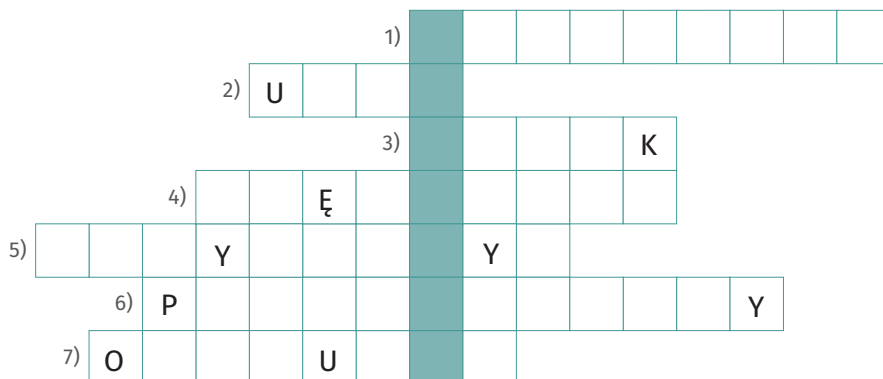
.....

.....

.....

6.

7. Rozwiąż krzyżówkę zamieszczoną poniżej. Litery w zaznaczonych polach utworzą hasło.



- 1) Specjalista „od serca”. Wybitnym przedstawicielem tej specjalności był prof. Religa.
- 2) Dawniej nazywany apopleksją.
- 3) Aparat „do widzenia”. Bez niego nie ma zdolności do odbierania bodźców świetlnych.
- 4) Główna oś i podpora szkieletu.
- 5) Substancja (lekarstwo) mająca zdolność zabijania bakterii.
- 6) Na przykład ranny w wypadku.
- 7) Substancja, która ma zdolność neutralizacji lub zmniejszenia toksyczności trucizny.

11. Pierwsza pomoc przy złamaniach i zwichnięciach

1. Napisz definicję.

6.15)

Złamanie –

.....

2. Wymień trzy objawy złamania.

6.15)

1)

2)

3)

3. Przedstaw ogólne zasady wykonywania unieruchomień tymczasowych.

6.15)

.....

.....

.....

.....

.....

4. Wykonując unieruchomienie złamanej kończyny górnej, nie wolno zapomnieć o:

6.15)

a)

b)

c)

5. Wykonując unieruchomienie złamanej kończyny dolnej, nie wolno zapomnieć o:

6.15)

a)

b)

c)

6. Odpowiedz, czy zaopatrując złamanie otwarte, wolno naciskać na wystający fragment kości.

6.15)

TAK

NIE

Uzasadnij wybraną odpowiedź.



7. Uzupełnij zdania.

6.15)

Nagły, ostry ból będący bezpośrednim skutkiem urazu, obrzęk, ograniczenie ruchomości, niekiedy ruchy patologiczne świadczące o przerwaniu więzadeł stawowych to objawy stawu.

Nagły, silny ból, brak możliwości wykonywania ruchów w stawie (przymusowe ustawienie kończyny), zniekształcenie stawu, obrzęk i podbiegnięcia krwawe w okolicy stawu, ból utrzymujący się do momentu odprowadzenia zwichnięcia to objaw stawu.

6.6)
6.15)

8. Przedstaw plan udzielania pierwszej pomocy w przypadku zwichnięcia stawu skokowego.

12. Pierwsza pomoc przy zatruciach



1. Uzupełnij definicje:

6.16)

Toksyczność – zdolność danej substancji do i powodowania

Substancje trujące – substancje posiadające właściwości

Trucizny – substancje posiadające właściwości

Zatrucie – zespół objawów chorobowych wywołanych

2. Wymień najczęstsze przyczyny zatruć.

6.16)

3. Napisz, jakimi drogami wnikają trucizny do organizmu ludzkiego.

6.16)

- a) _____
- b) _____
- c) _____
- d) _____

4. Wymień objawy zatrucia:

6.16)

alkoholem etylowym	
silnymi lekami przeciwbólowymi	
grzybami	
substancjami żrącymi	
jadem kietbasianym	
tlenkiem węgla	



6.16)

5. Wymień ogólne zasady udzielania pierwszej pomocy w przypadku zatruć.

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)
- 8)

6.16)

6. Wymień zasady udzielania pierwszej pomocy przy zatruciu drogą pokarmową.

.....

.....

.....

.....

.....

13. Pierwsza pomoc przy obrażeniach wywołanych działaniem zimna



6.17)

1. Uzupełnij definicje.

Hipotermia (oziębienie, przechłodzenie) to stan organizmu

Odmrożenie to spowodowane działaniem niskiej temperatury.

6.17)

2. Wymień objawy hipotermii.

.....

.....

.....

.....

.....



6.17)

3. Wymień ogólne zasady udzielania pierwszej pomocy przy hipotermii.

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)

 4. Uzupełnij tabelę, by na podstawie objawów ustalić stopień odmrożenia.

6.17)

Objawy odmrożenia	Stopień
Zaburzenia czucia i zaczerwienienie skóry, która stopniowo staje się blado-biaława. Po ogrzaniu pojawia się swędzenie, wtórne zaczerwienienie skóry oraz obrzęk i silne bóle.	
Całkowite zniesienie czucia i bólu. Tkanki mogą być zamrożone „na kamień”. Skóra ma kolor białozółty lub szaroniebieski, tzw. marmurkowy. Uszkodzone tkanki bardzo szybko ulegają martwicy.	
Zaczerwienienie, obrzęk, powierzchowne pęcherze. Ból, mrowienie, pocenie się i nadwrażliwość skóry.	
Obrzęk, zaburzenia czucia, pęcherze (są mniejsze niż w II stopniu, leżą głębiej, bliżej siebie i często krwawią). Bóle, palenie i mrowienie odmrożonych części ciała.	

14. Pierwsza pomoc przy oparzeniach

1. Napisz definicję.

6.18)

Oparzenie –

 2. Wymień rodzaje oparzenia ze względu na działanie czynnika uszkodzającego.

6.17)

6.18)

- a)
- b)
- c)
- d)
- e)

3. Napisz, jakie oparzenie jest nazywane oparzeniem ciężkim.

6.17)

6.18)

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

6.18)

4. Omów ogólne zasady postępowania przy oparzeniach.

- 1)
- 2)
- 3)
- 4)
- 5)
- 6)
- 7)
- 8)
- 9)
- 10)
- 11)

6.18)

5. Wymień zasady postępowania w wypadku oparzenia wapnem niegaszonym.

.....

.....

.....

2.6)

6. Wyjaśnij, dlaczego palącego się ubrania nie wolno gasić gwałtownym strumieniem wody bezpośrednio na poszkodowanym.

.....

.....

.....

INDEKS HASEŁ

A

ADR 37–39
Alarm 40, 42
– o skażeniach 41–42
– powietrzny 41–42
Alkohol 67
Antyseptyka 59
Aseptyka 44
Awaria 22

B

Bezpośrednie zagrożenie
życia 43
Burza 10

C

Cholera 28
Chwyt Rauteka 49

D

Defibrylator 55
Defibrylacja 53
Dezynfekcja 32
Droga 14
Dur brzuszny 28
Dżuma 28

E

Ebola 28
Elastyczna opaska opatrunkowa 61
Elektrownia atomowa 12
Ewakuacja 14–16, 25, 42, 48

G

Gaśnica 17–20
Gaz 22
– ziemny 21
Grzyby 67

H

Hiperwentylacja 54
Hipotermia 68
Hydrant 20

I

Instalacje gazowe 13

J

Jad kiełbasiany 67
Jałowość zob. aseptyka

K

Kolizja 22
Komisja Europejska 7
Konwencje Genewskie 7–8
Krajowy System Ratowniczo-Gaśniczy 18–19
Krwawienie
– wewnętrzne 62–63
– zewnętrzne 62–63
Krwotok 62

L

Leki 67

M

Materiał niebezpieczny 35–39
Miejsowe zagrożenie 21

N

Numer alarmowy 46

O

Obrona cywilna 5–8
Obwód 61–62
Odmrożenie 68
Omdlenie 51
Oparzenie 69–70

P

Padaczka 51
Państwowa Straż Pożarna 20
Państwowa Straż Pożarna 26
Państwowa Straż pożarna 6
Pasteryzacja 29
Pierwsza pomoc 43–47, 49, 51, 58, 65, 68
Piorun 10
Pogotowie
– ciepłownicze 26
– energetyczne 26
– gazowe 26
– ratunkowe 26
– wodno-kanalizacyjne 26
Policja 26
Poparzenie słoneczne 11
Porażenie prądem 58
Powódź 25
Pozycja bezpieczna 43

Pożar 17–20

Prąd 58

Promieniowanie 28

– jądrowe 27

Przegrzanie organizmu 10

Przytopienie 56

Pył radioaktywny 12

R

Rana 59–60

Ratownictwo medyczne 59

Reanimacja 53

Resuscytacja 43, 53–55

S

Skażenie 29–32

Służby ratunkowe 47

Stacja Sanitarno–

Epidemiologiczna 41

Substancje

– trujące 66

– żrące 67

Susza 11

System alarmowania 40

Sytuacja kryzysowa 9

Szef Obrony Cywilnej 6

T

Telefony alarmowe 26

Tlenek węgla 67

Toksyczność 66

Tonięcie 56–58

Trucizny 66

Tyndalizacja 29

U

Udar

– cieplny 51

– mózgu 51

Unieruchomienie 65

Utonięcie 56

Utrata przytomności 51

W

Wąglik 28

Wichura 22

Wspólny Mechanizm Ochrony

Ludności 7

Wypadek 22

– drogowy 50

– komunikacyjny 49

Z

Zabiegi sanitarne 33–34

Zarządzanie kryzysowe 9

Zatrucie 66–68

Zawał serca 51

Złamanie 65

– otwarte 65

Znaki przeciwpożarowe 18

Zwichnięcie 65

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
strony						
I. Główne zadania ochrony ludności i obrony cywilnej						
1.1.	1.1) omawia podstawy prawne funkcjonowania ochrony ludności i obrony cywilnej w Rzeczypospolitej Polskiej	(1) 12–16	51–55	15–28	182–186	139–143
1.2.	1.1)	(1) 12–16	51–55	15–28	182–186	139–143
1.3.	1.1)	(1) 12–16	51–55	15–28	182–186	139–143
1.4.	1.1)	(1) 12–16	51–55	15–28	182–186	139–143
1.5.	1.1)	(1) 12–16	51–55	15–28	182–186	139–143
2.1.	1.2) wymienia podstawowe dokumenty ONZ regulujące funkcjonowanie obrony cywilnej na świecie	(1) 7–11	51–55	15–28	182–186	139–143
2.2.	1.2)	(1) 7–11	51–55	15–28	182–186	139–143
2.3.	1.2)	(1) 7–11	51–55	15–28	182–186	139–143
3.1.	I. rozumie znaczenie powszechnej samoobrony i obrony cywilnej	(1) 7–11	51–55	15–28	182–186	139–143
3.2.	I.	(1) 7–11	51–55	15–28	182–186	139–143
3.3.	I.	(1) 7–11	51–55	15–28	182–186	139–143

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
		strony				
II. Typowe zagrożenia życia i zdrowia						
1.1.	2.1) przedstawia typowe zagrożenia zdrowia i życia podczas powodzi, pożaru itp.	(1) 19-21	7-9	30-34	120-126	98-104
1.2.	2.1)	(1) 19-21	7-9	30-34	120-126	98-104
1.3.	2.1)	(1) 19-21	7-9	30-34	120-126	98-104
1.4.	2.1)	(1) 19-21	7-9	30-34	120-126	98-104
1.5.	2.1)	(1) 19-21	7-9	30-34	120-126	98-104
1.6.	2.1)	(1) 19-21	7-9	30-34	120-126	98-104
1.7.	p.p.	(1) 19-21	7-9	30-34	120-126	98-104
1.8.	2.1)	(1) 19-21	7-9	30-34	120-126	98-104
1.9.	2.1)	(1) 19-21	7-9	30-34	120-126	98-104
2.1.	2.1)	(1) 19-21	10-13	-	120-126	112-117
2.2.	2.1)	(1) 19-21	10-13	-	120-126	112-117
2.3.	2.1)	(1) 19-21	10-13	-	120-126	112-117

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
		strony				
2.4.	p.p.	(1) 19–21	10–13	–	120–126	112–117
2.5.	2.1)	(1) 19–21	10–13	–	120–126	112–117
2.6.	2.1)	(1) 19–21	10–13	–	120–126	112–117
2.7.	p.p.	(1) 19–21	10–13	–	120–126	112–117
2.8.	3.2) wymienia sposoby zabezpieczenia żywności i wody przed skażeniami	(1) 19–21	10–13	–	120–126	112–117
2.9.	3.2)	(1) 19–21	10–13	–	120–126	112–117
2.10.	3.4) wyjaśnia, na czym polegają zabiegi sanitarne i specjalne	(1) 19–21	10–13	–	120–126	112–117
2.11.	3.4)	(1) 19–21	10–13	–	120–126	112–117
2.12.	4.4) wykorzystuje różne materiały na zastępcze środki ochrony dróg oddechowych i skóry	(1) 19–21	10–13	–	120–126	112–117
3.1.	2.1)	(1) 19–21	14–15	30–43	120–126	98–121
3.2.	2.1)	(1) 19–21	14–15	30–43	120–126	98–121
3.3.	2.4) charakteryzuje zagrożenia pożarowe w domu, szkole i najbliższej okolicy	(1) 19–21	14–15	30–43	120–126	98–121

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
		strony				
3.4.	2.2) omawia zasady ewakuacji ludności, zwierząt z terenów zagrożonych	(1) 19–21	14–15	30–43	120–126	98–121
3.5.	2.1)	(1) 19–21	14–15	30–43	120–126	98–121
3.6.	2.1)	(1) 19–21	14–15	30–43	120–126	98–121
4.1.	p.p.	(1) 19–21	16–18	44–47	120–126	112–117
4.2.	p.p.	(1) 19–21	16–18	44–47	120–126	112–117
4.3.	2.4)	(1) 19–21	16–18	44–47	120–126	112–117
4.4.	4.3) wyjaśnia zasady postępowania w przypadku awarii instalacji chemicznej, środka transportu lub rozszczelnienia zbiorników z substancjami toksycznymi	(1) 19–21	16–18	44–47	120–126	112–117
5.1.	2.2)	(1) 22–28	60–64	48–52	120–126	–
5.2.	2.2)	(1) 22–28	60–64	48–52	120–126	–
5.3.	2.2)	(1) 22–28	60–64	48–52	120–126	–
5.4.	2.3) wyjaśnia zasady zaopatrzenia ludności ewakuowanej w wodę i żywność	(1) 22–28	60–64	48–52	120–126	–
5.5.	2.2)	(1) 22–28	60–64	48–52	120–126	–

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
strony						
III. Ochrona przeciwpożarowa						
1.1.	2.4)	(1) 29–39	21–26	35–43	127–138	105–111
1.2.	2.4)	(1) 29–39	21–26	35–43	127–138	105–111
1.3.	2.4)	(1) 29–39	21–26	35–43	127–138	105–111
1.4.	2.5) wyjaśnia, jak należy gasić zarzewie ognia	(1) 29–39	21–26	35–43	127–138	105–111
1.5.	2.4)	(1) 29–39	21–26	35–43	127–138	105–111
1.6.	2.5)	(1) 29–39	21–26	35–43	127–138	105–111
1.7.	2.5)	(1) 29–39	21–26	35–43	127–138	105–111
2.1.	p.p.	(1) 29–39	27–28	35–43	134–148	105–111
2.2.	p.p.	(1) 29–39	27–28	35–43	134–148	105–111
3.1.	2.7) omawia zasady zachowania się podczas wypadków i katastrof komu- nikacyjnych, technicznych i innych	(1) 29–39	33–34	35–43	139–148	105–111
3.2.	2.7)	(1) 29–39	33–34	35–43	139–148	105–111
3.3.	2.5)	(1) 29–39	33–34	35–43	139–148	105–111

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	Operon linia druga	Nowa Era Żyję i działam bezpiecznie	Nowa Era Edukacja dla bezpieczeństwa	WSiP
3.4.	2.5)	(1) 29–39	33–34	35–43	139–148	105–111
3.5.	p.p.	(1) 29–39	33–34	35–43	139–148	105–111
3.6.	2.5) 2.6) wyjaśnia, jak należy gasić odzież palącą się na człowieku	(1) 29–39	33–34	35–43	139–148	105–111
3.7.	2.5)	(1) 29–39	33–34	35–43	139–148	105–111
IV. Zasady zachowywania się podczas wypadków i katastrof						
1.1.	2.1)	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121
1.2.	2.7)	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121
1.3.	p.p.	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121
1.4.	2.7)	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121
1.5.	2.7)	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121
1.6.	p.p.	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121
1.7.	4.2) rozpoznaje znaki substancji toksycznych na pojazdach i budowlach	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121
1.8.	4.3)	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
strony						
1.9.	4.3)	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121
1.10.	4.1) wymienia rodzaje znaków substancji toksycznych i miejsca ich eksponowania	(1) 40–46	35–38	44–47	139–155	98–121
2.1.	2.1)	(1) 40–46	39–40	44–47	139–155	98–111
2.2.	2.2)	(1) 40–46	39–40	44–47	139–155	98–111
2.3.	2.1)	(1) 40–46	39–40	44–47	139–155	98–111
3.1.	2.7)	(1) 77–83	29–30	8–10	5–15	132–138
3.2.	2.7) 6.3) wzywa odpowiednią pomoc	(1) 77–83	29–30	8–10	5–15	132–138
3.3.	6.3)	(1) 77–83	29–30	8–10	5–15	132–138
3.4.	6.3)	(1) 77–83	29–30	8–10	5–15	132–138
3.5.	2.7) 6.3)	(1) 77–83	29–30	8–10	5–15	132–138
V. Źródła promieniowania jądrowego i jego skutki						
1.1.	3.1) omawia wpływ środków promieniotwórczych na ludzi, zwierzęta, żywność i wodę	(1) 49–55	–	102–105	156–164	122–129

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
		strony				
1.2.	3.1)	(1) 49–55	–	102–105	156–164	122–129
1.3.	p.p.	(1) 49–55	–	102–105	156–164	122–129
1.4.	3. Źródła promieniowania jądrowego i jego skutki	(1) 49–55	–	102–105	156–164	122–129
2.1.	3.2)	(1) 61–64	–	107–114	165–172	122–129
2.2.	3.2)	(1) 61–64	–	107–114	165–172	122–129
2.3.	2.7) 3.2)	(1) 61–64	–	107–114	165–172	122–129
3.1.	4.4)	(1) 65–67	–	–	107–111	122–129 130–131
3.2.	4.4)	(1) 65–67	–	–	107–111	122–129 130–131
3.3.	4.4)	(1) 65–67	–	–	107–111	122–129 130–131
4.1.	3.3) wyjaśnia znaczenie pojęć: odkażanie, dezaktywacja, dezynfekcja, deratyzacja	(1) 68–74	–	–	173–176	122–129
4.2.	3.4)	(1) 68–74	–	–	173–176	122–129
4.3.	3.4)	(1) 68–74	–	–	173–176	122–129

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	Operon linia druga	Nowa Era Żyję i działam bezpiecznie	Nowa Era Edukacja dla bezpieczeństwa	WSiP
4.4.	3.4)	(1) 68-74	-	-	173-176	122-129
4.5.	3.4)	(1) 68-74	-	-	173-176	122-129
VI. Oznakowanie substancji toksycznych						
1.1.	4.1)	(1) 56-60	43-45	116-123	177-181	118-121
1.2.	4.1)	(1) 56-60	43-45	116-123	177-181	118-121
1.3.	4.1)	(1) 56-60	43-45	116-123	177-181	118-121
1.4.	4.1)	(1) 56-60	43-45	116-123	177-181	118-121
1.5.	4.2)	(1) 56-60	43-45	116-123	177-181	118-121
1.6.	4.3)	(1) 56-60	43-45	116-123	177-181	118-121
1.7.	4.2)	(1) 56-60	43-45	116-123	177-181	118-121
2.1.	4.2)	(1) 56-60	46-48	116-123	177-181	118-121
2.2.	4.2)	(1) 56-60	46-48	116-123	177-181	118-121
2.3.	4.2)	(1) 56-60	46-48	116-123	177-181	118-121
2.4.	4.2)	(1) 56-60	46-48	116-123	177-181	118-121

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
		strony				
2.5.	4.2)	(1) 56–60	46–48	116–123	177–181	118–121
2.6.	4.2)	(1) 56–60	46–48	116–123	177–181	118–121
2.7.	4.2)	(1) 56–60	46–48	116–123	177–181	118–121
VII. Ostrzeżanie ludności o zagrożeniach						
1.1.	1.1)	(1) 77–83	56–59	8–10	5–15	132–138
1.2.	5.1) definiuje i rozpoznaje rodzaje alarmów i sygnałów alarmowych	(1) 77–83	56–59	8–10	5–15	132–138
1.3.	5.1)	(1) 77–83	56–59	8–10	5–15	132–138
1.4.	5.1)	(1) 77–83	56–59	8–10	5–15	132–138
1.5.	5.2) charakteryzuje zasady zachowania się ludności po ogłoszeniu alarmu	(1) 77–83	56–59	8–10	5–15	132–138
1.6.	5.1)	(1) 77–83	56–59	8–10	5–15	132–138
2.1.	5.1)	(1) 77–83	56–59	11–14	5–15	132–138
2.2.	2.2) 5.2) 5.3) umie zachować się w szkole po ogłoszeniu alarmu	(1) 77–83	56–59	11–14	5–15	132–138

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	Operon linia druga	Nowa Era Żyję i działam bezpiecznie	Nowa Era Edukacja dla bezpieczeństwa	WSiP
		strony				
2.3.	5.1)	(1) 77–83	56–59	11–14	5–15	132–138
VIII. Pierwsza pomoc						
1.1.	6. Bezpieczeństwo i pierwsza pomoc	(2) 7–10	67–77	57–61 71–74	16–25	8–15
1.2.	6.1) uzasadnia znaczenie udzielania pierwszej pomocy	(2) 7–10	67–77	57–61 71–74	16–25	8–15
1.3.	6.	(2) 7–10	67–77	57–61 71–74	16–25	8–15
1.4.	6.4) rozpoznaje stopień zagrożenia osoby poszkodowanej i wyjaśnia zasady bezpiecznego postępowania w rejonie wypadku 6.6) wyjaśnia, jak należy udzielać pomocy w wypadku drogowym, podczas kąpiei, załamania łodu, porażenia prądem	(2) 7–10	67–77	57–61 71–74	16–25	8–15
1.5.	6.1)	(2) 7–10	67–77	57–61 71–74	16–25	8–15
2.1.	6.4) 6.6)	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15
2.2.	6.2) omawia zasady postępowania aseptycznego i bezpiecznego dla ratownika	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
		strony				
2.3.	6.2)	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15
2.4.	6.1)	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15
2.5.	6.8) rozpoznaje stan przytomności, bada oddech i tętno	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15
2.6.	6.8)	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15
2.7.	6.3)	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15
2.8.	6.3)	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15
2.9.	6.8)	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15
2.10.	6.3)	(2) 11–18	67–77	97–100	16–25	12–15
3.1.	6.7) omawia sposób wynoszenia poszkodowanego ze strefy zagrożenia	(2) 19–24	67–77	124–125	40–47	16–19
3.2.	6.7)	(2) 19–24	67–77	124–125	40–47	16–19
3.3.	6.7)	(2) 19–24	67–77	124–125	40–47	16–19
3.4.	6.7)	(2) 19–24	67–77	124–125	40–47	16–19
3.5.	6.7)	(2) 19–24	67–77	124–125	40–47	16–19

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	Operon linia druga	strony		
				Nowa Era Żyję i działam bezpiecznie	Nowa Era Edukacja dla bezpieczeństwa	WSiP
3.6.	6.7)	(2) 19–24	67–77	124–125	40–47	16–19
3.7.	6.	(2) 19–24	67–77	124–125	40–47	16–19
4.1.	p.p.	(2) 25–30	67–77	97–100	–	90–97
4.2.	6.6)	(2) 25–30	67–77	97–100	–	90–97
4.3.	6.4)	(2) 25–30	67–77	97–100	–	90–97
4.4.	6.7)	(2) 25–30	67–77	97–100	–	90–97
4.5.	6.6)	(2) 25–30	67–77	97–100	–	90–97
4.6.	6.7)	(2) 25–30	67–77	97–100	–	90–97
5.1.	6.	(2) 31–38	78–83	77–78	48–53	20–25
5.2.	6.9) wymienienia zagrożenia dla osoby nieprzystomnej	(2) 31–38	78–83	77–78	48–53	20–25
5.3.	6.9)	(2) 31–38	78–83	77–78	48–53	20–25
5.4.	6.6) 6.9)	(2) 31–38	78–83	77–78	48–53	20–25
5.5.	6.6) 6..9)	(2) 31–38	78–83	77–78	48–53	20–25

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
strony						
5.6.	6.	(2) 31–38	78–83	77–78	48–53	20–25
6.1.	6.11) wykonuje samodzielnie resuscytację krążeniowo–oddechową	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.2.	6.1) 6.11)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.3.	6.11)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.4.	6.8)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.5.	6.11)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.6.	6.8)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.7.	6.8)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.8.	6.11)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.9.	6.11)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.10.	6.11)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
6.11.	6.11)	(2) 39–52	84–87	62–70	26–34	26–32
7.1.	6.4)	(2) 53–60	67–77	89–92	48–53	83–89

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	Operon linia druga	strony		
				Nowa Era Żyję i działam bezpiecznie	Nowa Era Edukacja dla bezpieczeństwa	WSiP
7.2.	6.6)	(2) 53–60	67–77	89–92	48–53	83–89
7.3.	6.4) 6.6)	(2) 53–60	67–77	89–92	48–53	83–89
7.4.	6.6)	(2) 53–60	67–77	89–92	48–53	83–89
7.5.	6.6) 6.17) omawia skutki działania niskiej i wysokiej temperatury na organizm ludzki	(2) 53–60	67–77	89–92	48–53	83–89
7.6.	6.4) 6.6)	(2) 53–60	67–77	89–92	48–53	83–89
7.7.	6.6)	(2) 53–60	67–77	89–92	48–53	83–89
7.8.	6.6)	(2) 53–60	67–77	89–92	48–53	83–89
8.1.	6.12) udziela pomocy osobie porażonej prądem	(2) 61–64	88–90	85–88	78–83	83–89
8.2.	6.12)	(2) 61–64	88–90	85–88	78–83	83–89
8.3.	6.	(2) 61–64	88–90	85–88	78–83	83–89
9.1.	6.13) wyjaśnia, dlaczego duży krwotok i wstrząs pourazowy zagrażają życiu	(2) 65–72	91–95	–	54–67	33–47
9.2.	6.14) tamuje krwotok za pomocą opatrunku	(2) 65–72	91–95	–	54–67	33–47

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
strony						
9.3.	6.13)	(2) 65-72	91-95	-	54-67	33-47
9.4.	6.14)	(2) 65-72	91-95	-	54-67	33-47
9.5.	6.6)	(2) 65-72	91-95	-	54-67	33-47
9.6.	6.14)	(2) 65-72	91-95	-	54-67	33-47
9.7.	6.14)	(2) 65-72	91-95	-	54-67	33-47
9.8.	6.15) udziela pomocy przy złamaniach i zwichnięciach	(2) 65-72	91-95	-	54-67	33-47
9.9.	6.13) 6.14)	(2) 65-72	91-95	-	54-67	33-47
10.1.	6.13)	(2) 73-78	91-95	-	54-67	48-53
10.2.	6.13)	(2) 73-78	91-95	-	54-67	48-53
10.3.	6.14)	(2) 73-78	91-95	-	54-67	48-53
10.4.	6.14)	(2) 73-78	91-95	-	54-67	48-53
10.5.	6.6) 6.14)	(2) 73-78	91-95	-	54-67	48-53
10.6.	6.13)	(2) 73-78	91-95	-	54-67	48-53

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
		strony				
10.7.	6.	(2) 73–78	91–95	–	54–67	48–53
11.1.	6.15)	(2) 79–84	96–99	75–76	99–106	57–63
11.2.	6.15)	(2) 79–84	96–99	75–76	99–106	57–63
11.3.	6.15)	(2) 79–84	96–99	75–76	99–106	57–63
11.4.	6.15)	(2) 79–84	96–99	75–76	99–106	57–63
11.5.	6.15)	(2) 79–84	96–99	75–76	99–106	57–63
11.6.	6.15)	(2) 79–84	96–99	75–76	99–106	57–63
11.7.	6.15)	(2) 79–84	96–99	75–76	99–106	57–63
11.8.	6.6) 6.15)	(2) 79–84	96–99	75–76	99–106	57–63
12.1.	6.16) udziela pomocy przy zatruciach: pokarmowych, lekami, gazami, środkami chemicznymi	(2) 85–95	100–103	93–96	90–98	79–82
12.2.	6.16)	(2) 85–95	100–103	93–96	90–98	79–82
12.3.	6.16)	(2) 85–95	100–103	93–96	90–98	79–82
12.4.	6.16)	(2) 85–95	100–103	93–96	90–98	79–82

Numer zadania	Treść z podstawy programowej Uczeń:	Operon	Operon	Nowa Era	Nowa Era	WSiP
		linia pierwsza cz. 1 (1) i cz. 2 (2)	linia druga	Żyję i działam bezpiecznie	Edukacja dla bezpieczeństwa	
strony						
12.5.	6.16)	(2) 85–95	100–103	93–96	90–98	79–82
12.6.	6.16)	(2) 85–95	100–103	93–96	90–98	79–82
13.1.	6.17)	(2) 96–101	104–107	79–81	68–77	70–74
13.2.	6.17)	(2) 96–101	104–107	79–81	68–77	70–74
13.3.	6.17)	(2) 96–101	104–107	79–81	68–77	70–74
13.4.	6.17)	(2) 96–101	104–107	79–81	68–77	70–74
14.1.	6.18) udziela pomocy osobie poszkodowanej przy oparzeniu termicznym i chemicznym	(2) 102–110	104–107	82–84	68–77 84–89	64–69 75–78
14.2.	6.17) 6.18)	(2) 102–110	104–107	82–84	68–77 84–89	64–69 75–78
14.3.	6.17) 6.18)	(2) 102–110	104–107	82–84	68–77 84–89	64–69 75–78
14.4.	6.18)	(2) 102–110	104–107	82–84	68–77 84–89	64–69 75–78
14.5.	6.18)	(2) 102–110	104–107	82–84	68–77 84–89	64–69 75–78
14.6.	2.6)	(2) 102–110	104–107	82–84	68–77 84–89	64–69 75–78

p.p. – Treści wykraczające ponad podstawę programową