

Zagadnienia z EDB do nowej formuły egzaminacyjnej w szkole podstawowej i gimnazjum

I Bezpieczeństwo państwa

1. Podaj formułę bezpieczeństwa państwa – o stanie bezpieczeństwa państwa możemy mówić gdy jego istnienie nie jest zagrożone, gdy ma ono warunki do swobodnego, niezakłóconego rozwoju. To również proces zapewniania tego stanu.

2. Jak możesz podzielić bezpieczeństwo państwa?

- bezpieczeństwo wewnętrzne (dotyczy zagrożeń wewnątrz kraju)
- bezpieczeństwo zewnętrzne (zagrożenia poza jego granicami)

3. Wymień 3 dziedziny bezpieczeństwa państwa:

- obrona narodowa (bezpieczeństwo militarne, zewnętrzne)
- ochrona (aspekty cywilne i wewnętrzne państwa) – katastrofy, klęski żywiołowe, zagrożenia bezpieczeństwa osobistego i porządku publicznego
- społeczno-gospodarcze (stabilność sytuacji, prognozowanie rozwoju wydarzeń)

inaczej:

bezpieczeństwo militarne, społeczne, ekologiczne, społeczne, polityczne i gospodarcze

4. Jakie podmioty odpowiadają za bezpieczeństwo państwa?

- instytucje: parlament, prezydent, premier, wojewoda
- służby: państwowe ratownictwo medyczne, policja, siły zbrojne, formacje obrony cywilnej

5. Podaj organizacje lub instytucje, których podstawowymi zadaniami są międzynarodowe starania o bezpieczeństwo na świecie:

- ✓ NATO – Pakt Północnoatlantycki (29 państw członkowskich),
- ✓ ONZ – Organizacja Narodów Zjednoczonych 1945 r. (ponad 190 członków) powstała zamiast Ligi Narodów (okres międzywojenny) – zadania: utrzymanie bezpieczeństwa, organizacja współpracy i popieranie rozwoju dobrych stosunków międzypaństwowych, rozwiązywanie wspólnych problemów społecznych, gospodarczych, kulturalnych i humanitarnych oraz na rzecz przestrzegania praw człowieka i podstawowych wolności. ONZ ma wiele wyspecjalizowanych agend, np.: Międzynarodowy Fundusz Walutowy, Światowa Organizacja Zdrowia)
- ✓ OBWE – Organizacja bezpieczeństwa i Współpracy w Europie 1995 r. – cele zbieżne z działaniami ONZ, członkowie: kraje europejskie, USA, Kanada
- ✓ Unia Europejska 1993 r.

6. Od kiedy Polska uczestniczy w strukturach organizacji międzynarodowych?

- ✓ NATO – Polska od 1999 r.
- ✓ ONZ – Polska od października 1945 r.
- ✓ OBWE – Organizacja bezpieczeństwa i Współpracy w Europie 1995 r. – cele zbieżne z działaniami ONZ, członkowie: kraje europejskie, USA, Kanada
- ✓ Unia Europejska 1 – Polska w UE od 2004 r.

II Zagrożenia – postępowanie w sytuacjach zagrożeń

7. Podaj przyczyny zagrożeń:

- naturalne: pożary, obfite, gwałtowne opady, powodzie, gradobicia, ekstremalne temperatury powietrza, długotrwałe susze, silne mrozy i śnieżyce, huraganowe wiatry, trąby powietrzne, lawiny, mgły, trzęsienia ziemi i osunięcia gruntu, wybuchy wulkanów, upadki meteorytów, zagrożenia biologiczne (epidemie chorób zakaźnych)
- spowodowane działalnością człowieka: zanieczyszczenie środowiska (dymy, pyły, kwaśne opady, odpady, ścieki), awarie (zakładów przemysłowych, energetycznych, urządzeń hydrotechnicznych), skażenia toksycznymi środkami przemysłowymi i skażenia biologiczne, katastrofy komunikacyjne, zakłócenia w komunikacji i transporcie, wzrost promieniowania wody, gleby i powietrza (awaria elektrowni atomowej), wzrost natężenia promieniowania UV, zagrożenia ekonomiczne (wysoka inflacja, upadające systemy bankowe, giełdowe)
- społeczne: socjalne (bezrobocie, ubóstwo, bezdomność), psychospołeczne (narkomania, alkoholizm), demograficzne (przeludnienie, masowe migracje ludności z powodu zamieszek, działań wojennych, złej sytuacji ekonomicznej czy z powodu rozszerzania się epidemii)
- terroryzm
- przestępczość zorganizowana
- korupcja

8. Jakie znasz przeciwdziałania zagrożeniom w Polsce organizowane na szczeblu państwowym i lokalnym jako zapobieganie i ochrona?

- ✓ System ratownictwa w Polsce
- ✓ Pogotowie ratunkowe
- ✓ Państwowa Straż Pożarna (PSP)
- ✓ Policja
- ✓ Ochotnicza Straż Pożarna (OSP)
- ✓ Górskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (GOPR)
- ✓ Tatrzańskie Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (TOPR)
- ✓ Wodne Ochotnicze Pogotowie Ratunkowe (WOPR)
- ✓ drużyny harcerskie
- ✓ kluby specjalnościowe

9. Wymień systemy ostrzegania o zagrożeniach i alarmowania.

- centralny system kierowania – syreny alarmowe zainstalowano w wielu polskich miastach
- lokalny system – syreny regionalne: Obrona Cywilna, województwo, starostwo, gmina, miasto
- zakładowe systemy ostrzegania i alarmowania mogą być podłączone do sieci lokalnej lub centralnej
- prowadzony jest nasłuch radiowy i telewizyjny w powiatowych i gminnych zespołach zarządzania kryzysowego

10. Alarmowanie to:

- komunikaty ostrzegawcze o: zagrożeniu skażeniem, zakażeniami, klęskach żywiołowych, zagrożeniu środowiska
- alarmy (na terenie zagrożonym)

11. Podaj sygnały alarmowe:

- środki podstawowe: syreny stacjonarne, syreny przewoźne, rozgłośnie radiowe i telewizyjne)
- środki zastępcze: dzwony i gongi, buczki parowe, elektryczne, pneumatyczne, sygnalizacje świetlne

12. Jaki sygnał alarmowy obowiązuje w szkole i jakie są podstawowe zasady działania po jego usłyszeniu?

- 3 krótkie dzwonki alarmowe
- po usłyszeniu sygnału alarmowego działam szybko, rozważnie, nie panikuję

13. Wymień kogo lub czego dotyczy ewakuacja i jaki jej podział stosowany jest również w Polsce (stopniowanie).

- ✓ ludności
 - ✓ mienia
 - ✓ zwierząt
 - ✓ dóbr kultury
- I stopnia – miejscowe zagrożenie (np. pożar budynku)
 - II stopnia – wielkoobszarowe zagrożenia (gmina, powiat, województwo, region) np. powódź
 - III stopnia – zagrożenia militarne (wojna)

14. Podaj rodzaje ewakuacji:

- zorganizowana – należy podporządkować się poleceniom władz i służb
- doraźna – natychmiast należy opuścić miejsce zagrożone, pod nadzorem straży policji, ratownictwa medycznego)
- spontaniczna (samoewakuacja)

15. Ewakuacja w szkole, kto nią zawiaduje, podstawowe zasady ewakuacyjne.

- do momentu przybycia służb ratowniczych ewakuacją w szkole zarządza DYREKTOR i koordynator ewakuacji
- słuchaj poleceń nauczyciela: np. wyłącz komputer, zamknij okno, schyl się (przy dużym zadymieniu)
- pamiętaj o pomocy słabszym
- nie zatrzymuj się bez potrzeby
- sprawnie przechodź wraz z grupą we wskazany punkt ewakuacyjny

16. Wymień podstawowe telefony alarmowe w Polsce.

- ✓ 112 – Europejski Numer Alarmowy - zgłoszenia wymagające interwencji pogotowia ratunkowego, policji lub straży pożarnej działający w Polsce
- ✓ 999 – pogotowie ratunkowe
- ✓ 998 – straż pożarna
- ✓ 997 – policja

17. Podaj zasady ewakuacji podczas zagrożenia pożarowego.

- zabezpiecz drogi oddechowe

- poruszaj się na czworakach
- przemieszczaj się wzdłuż ścian
- nie korzystaj z windy

18. Wymień środki gaśnicze.

- hydronetki
- gaśnica proszkowa
- gaśnica śniegowa (CO₂)
- agregaty gaśnicze
- hydranty
- koce gaśnicze

19. Nazwij oznaczenia alarmowe z określeniem ich koloru.

- znaki ochrony przeciwpożarowej – kolor czerwony
- znaki ewakuacyjne i znaki informacyjne – kolor zielony
- znaki ostrzegawcze – kolor żółty

20. Wymień zagrożenia powodziowe.

- nadmierne opady deszczu
- roztopy
- zatory lodowe
- fale sztormowe i silny północny wiatr
- awarie urządzeń hydrotechnicznych

21. Jakie znasz ekstremalne warunki pogodowe i w jaki sposób powinieneś zachować się wiedząc, że są zapowiadane?

- ✓ mrozy i śnieżyce – zaopatrzyć się w telefon z ładowarką, suchy prowiant, lampę z bateriami, łopatę, śpiwór, koce,
- ✓ upały – zasłoń okna, przebywaj w miejscach osłoniętych, osłaniaj głowę, spożywaj lekkie posiłki, noś lekką odzież, używaj kremów ochronnych, szukaj ochłody
- ✓ wichury – ustal sposób komunikacji z rodziną, sprawdź stan dachu i rynien, usuń wszystko z parapetów, zamknij okna, miej zapas świec i latarkę z bateriami oraz radio, miej zaopatrzoną apteczkę
- ✓ burze – nie wychodź z domu, zamknij drzwi i okna, nie trzymaj metalowych przedmiotów, nie stawaj po pojedynczymi drzewami, masztami, antenami i liniami przesyłowymi, nie korzystaj z telefonu komórkowego, unikaj otwartych przestrzeni, zejdź ze szczytu, dopłyn do brzegu, poruszaj się po woli

22. Co powinieneś zrobić będąc świadkiem wypadku komunikacyjnego?

- ocenić sytuację
- zabezpieczyć miejsce zdarzenia
- zabrać ze sobą apteczkę, latarkę, nóż
- wezwać pomoc
- wyłączyć silnik, zaciągnąć hamulec ręczny
- udzielić pomocy poszkodowanym
- w razie potrzeby ewakuować poszkodowanego
- zawsze dbać o własne bezpieczeństwo

23. Twoje zachowanie podczas zagrożenia chemicznego wymaga:

- wystawienia znaków ostrzegawczych
- wezwania pomocy
- po uwolnieniu się chemikaliów oddalenia się od miejsca zdarzenia lub nie podchodzenia
- w miarę możliwości udzielenia pierwszej pomocy

III Podstawy pierwszej pomocy

24. Wymień przynajmniej 15 stanów nagłych zagrażających życiu lub zdrowiu.

- ✓ utrata przytomności
- ✓ zatrzymanie oddechu
- ✓ zatrzymanie krążenia
- ✓ duszności
- ✓ zawał
- ✓ upadek z dużej wysokości
- ✓ udar cieplny (hipertermia)
- ✓ wychłodzenie (hipotermia)
- ✓ drgawki
- ✓ krwotok
- ✓ zaburzenia świadomości (splątanie)
- ✓ rozległe rany w wyniku urazu
- ✓ rozległe oparzenia
- ✓ silne reakcje uczuleniowe
- ✓ porażenie prądem
- ✓ zatrucia chemiczne
- ✓ hipoglikemia (niski cukier u diabetyka)
- ✓ hiperglikemia (wysoki cukier u cukrzyka)
- ✓ zadławienie,
- ✓ zachłyśnięcie
- ✓ podtopienie

25. Podaj środki ochrony osobistej.

- rękawiczki jednorazowe
- maseczka do prowadzenia oddechu zastępczego
- okulary chroniące oczy przed kontaktem z krwią
- kamizelka odblaskowa przy wypadku komunikacyjnym
- trójkąt ostrzegawczy

26. Co powinno znajdować się w apteczce?

- plastry i opatrunki samoprzylepne
- jednorazowa maska do sztucznego oddychania
- jałowe kompresy gazowe
- bandaże dziane
- bandaże elastyczne
- przylepiec
- rękawiczki jednorazowe
- okulary ochronne
- folia NRC

- nóż do cięcia pasów
- nożyczki
- ew. maska do sztucznego oddychania
- środek dezynfekcyjny

27. Rozwiń skrót RKO i określ na czym polega.

resuscytacja krążeniowo-oddechowa to przywracanie dwóch stanów: krążenia i oddechu.

Polega na:

- prowadzeniu masażu pośredniego serca
- prowadzeniu oddechu zastępczego

28. Podaj algorytm RKO:

- oceń bezpieczeństwo miejsca zdarzenia
- zabezpiecz siebie
- oceń świadomość
- jeśli poszkodowany jest przytomny:
 - pozostaw w pozycji zastanej
 - zapytaj czy potrzebuje pomocy
 - kontroluj jego stan
- jeśli poszkodowany jest nieprzytomny:
 - oceń stan poszkodowanego
 - udroźnij drogi oddechowe
 - oceń oddech
 - jeśli oddycha
 - ✓ ułóż w pozycji bezpiecznej
 - ✓ u oddychającego wezwij pomoc
 - ✓ zatamuj krwawienie
 - ✓ kontroluj oddech
 - jeśli nie oddycha
 - ✓ wezwij pomoc 112, 999
 - ✓ 30 uciśnieć
 - ✓ 2 oddechy ratownicze, na zmianę

29. Wymień rodzaje oparzeń.

- termiczne:
 - wodą gorącą
 - parą wodną
 - parami technologicznymi
 - rozgrzanym tłuszczem
 - rozgrzanym metalem
 - gorącymi spalinami
 - płonącym gazem
 - płomieniem
 - promieniowaniem UV
- chemiczne
- udar słoneczny (przegrzanie organizmu od słońca)
- udar cieplny (przegrzanie organizmu w gorącym pomieszczeniu)

30. Jak postąpisz z poszkodowanym, który się zadławił?

- zachęć by poszkodowany kaszłał
- uderz 5 razy w okolicę międzyłopatkową
- zastosuj rękoczyn Heimlicha – uciśnięcia nadbrzusza pod mostkiem (5 razy)
- u kobiet w ciąży lub otyłych uciśnij klatkę piersiową
- jeśli starci przytomność zastosuj RKO wcześniej wzywając pomoc

IV Profilaktyka zdrowotna

31. Podaj zachowania prozdrowotne.

- ✓ aktywność fizyczna
- ✓ zdrowy sen
- ✓ racjonalne żywienie
- ✓ kontrola własnego zdrowia
- ✓ dbałość o ciało i najbliższe otoczenia
- ✓ bezpieczne zachowania w życiu codziennym
- ✓ radzenie sobie ze stresem

32. Wymień zachowania ryzykowne.

- agresja
- picie alkoholu
- stosowanie innych środków psychoaktywnych: narkotyki, dopalacze, leki
- palenie papierosów
- ryzykowne zachowania seksualne
- nieodpowiedzialne zachowania