

Daniela Bartosiak

Postępowanie w sytuacjach kryzysowych



Edukacja dla bezpieczeństwa w szkole podstawowej i ponadpodstawowej

Daniela Bartosiak

Postępowanie w sytuacjach kryzysowych

Edukacja dla bezpieczeństwa
w szkole podstawowej i ponadpodstawowej

Ośrodek Rozwoju Edukacji
Warszawa 2025

Konsultacja merytoryczna

Marzena Murawska

Michał Gołębiowski

Wydział Kształcenia Ogólnego i Kompetencji Cyfrowych

Redakcja i korekta

Agnieszka Leleniewska

Projekt okładki, layout, redakcja techniczna i skład

Barbara Jechalska

Fotografie na okładce: © HayDmitriy/Photogenica; © ambrozinio/Photogenica;

© igorpushkarev/Photogenica; © lisafx/Photogenica

Ośrodek Rozwoju Edukacji

Warszawa 2025

ISBN 978-83-67366-83-0

Publikacja jest rozpowszechniana na zasadach licencji

Creative Commons Uznanie Autorstwa – Użycie Niekommercyjne (CC BY-NC)

Ośrodek Rozwoju Edukacji

Aleje Ujazdowskie 28

00-478 Warszawa

tel. 22 345 37 00

www.ore.edu.pl

Spis treści

Wstęp	5
Identyfikacja zagrożeń i procedury reagowania	6
Rodzaje zagrożeń w szkołach	6
Obowiązki pracowników szkoły w sytuacji kryzysowej	7
Ćwiczenia praktyczne	8
Prewencja jako fundament edukacji dla bezpieczeństwa	8
Metodyka prowadzenia zajęć z EDB i skuteczna edukacja o bezpieczeństwie	10
Tworzenie scenariusza zajęć z EDB	10
Bezpieczna klasa	14
Współpraca szkoły ze służbami ratunkowymi	15
Podsumowanie	17
Bibliografia	18
O autorce	19

Wstęp

We współczesnym, dynamicznie zmieniającym się świecie edukacja szkolna nie może ograniczać się do przekazywania wiedzy teoretycznej, lecz powinna także przygotowywać uczniów do aktywnego i świadomego uczestnictwa w życiu społecznym, w tym do adekwatnego reagowania w sytuacjach zagrożenia.

Kluczowym aspektem kształcenia jest zatem wyposażenie młodych ludzi w kompetencje niezbędne do skutecznego radzenia sobie w warunkach stanowiących zagrożenie dla ich zdrowia, życia i szeroko rozumianego bezpieczeństwa.

Identyfikacja zagrożeń i procedury reagowania

Rodzaje zagrożeń w szkołach

W dzisiejszych czasach szkoły muszą stawiać czoła różnorodnym zagrożeniom, które wpływają na bezpieczeństwo uczniów i pracowników. Zagrożenia te można podzielić na trzy główne kategorie: wewnętrzne, zewnętrzne oraz cyberzagrożenia.

1. Zagrożenia wewnętrzne

Są to sytuacje niebezpieczne, które wynikają z czynników występujących w obrębie szkoły i jej bezpośrednim otoczeniu, np.:

- **pożar** – spowodowany zwarcieniem instalacji elektrycznej, zaprószeniem ognia lub niewłaściwym przechowywaniem substancji łatwopalnych. Kluczowe są tutaj regularne przeglądy techniczne budynku i stosowanie procedur przeciwpożarowych;
- **agresja ucznia** – akt przemocy fizycznej lub psychicznej wobec innych uczniów, nauczycieli czy personelu szkoły. Może on być wynikiem konfliktów rówieśniczych, problemów emocjonalnych ucznia lub niewłaściwej reakcji szkoły na wcześniejsze sygnały ostrzegawcze. W sytuacji agresji ucznia należy reagować stanowczo, zapewniając bezpieczeństwo wszystkim zaangażowanym, wdrażając działania wychowawcze, oferując wsparcie psychologiczne oraz współpracując z rodzicami i odpowiednimi instytucjami;
- **zasłabnięcie lub nagły wypadek zdrowotny** – może to być atak padaczki, omdlenie, reakcja alergiczna, zatrucie pokarmowe itp. W takich przypadkach ważna jest szybka reakcja nauczycieli i dostępność apteczki pierwszej pomocy.

2. Zagrożenia zewnętrzne

To sytuacje wynikające z czynników znajdujących się poza kontrolą szkoły, które mogą stanowić zagrożenie dla jej uczniów i pracowników. Należą do nich:

- **atak terrorystyczny** – choć ryzyko takiego zdarzenia jest stosunkowo niskie, szkoły powinny posiadać procedury reagowania na potencjalny zamach, np. w przypadku pojawienia się podejrzanego pakunku lub uzbrojonego napastnika;
- **katastrofa ekologiczna** – może to być np. zanieczyszczenie powietrza, skażenie wody lub awaria elektrowni w pobliżu placówki. W takich przypadkach niezbędne są sprawne systemy alarmowe i aktualne plany awaryjne;
- **zagrożenie chemiczne** – to np. wyciek substancji toksycznych z pobliskiej fabryki, odkrycie składowiska odpadów chemicznych w okolicy szkoły lub skażenie powietrza gazami przemysłowymi. W takich sytuacjach konieczna jest szybka ewakuacja uczniów z zagrożonego obszaru.

3. Cyberzagrożenia

W dobie powszechnej cyfryzacji szkoły coraz częściej stają się celem ataków w sieci, a uczniowie narażeni są na cyberprzemoc. Do najpoważniejszych zagrożeń należą:

- **przemoc w sieci (cyberbullying)** – wyśmiewanie, nękanie, rozpowszechnianie kompromitujących treści w mediach społecznościowych, co bywa przyczyną poważnych problemów psychicznych u ofiar;
- **wyciek danych** – nieodpowiednie zabezpieczenie systemów informatycznych w szkole, które może prowadzić do kradzieży danych uczniów i nauczycieli, w tym danych osobowych lub ocen;
- **manipulacja informacją** – szkalowanie innych uczniów lub nauczycieli poprzez rozpowszechnianie fałszywych wiadomości, dezinformację, stosowanie *deepfake’ów* (to technika manipulowania zdjęciami, nagraniami wideo i audio przy użyciu sztucznej inteligencji w celu tworzenia nieprawdziwych treści).

Obowiązki pracowników szkoły w sytuacji kryzysowej

W każdej szkole istnieją określone procedury alarmowe i ewakuacyjne, które powinny być zgodne z wytycznymi Ministerstwa Edukacji Narodowej (MEN), Ministerstwa Spraw Wewnętrznych i Administracji (MSWiA) oraz regulaminami wewnętrznymi placówki.

1. Procedury alarmowe i ewakuacyjne należące do kluczowych obowiązków personelu szkolnego

- **Kadra zarządzająca szkołą** (dyrektor, wicedyrektor, kierownik świetlicy) jest odpowiedzialna za wdrożenie i aktualizację planów bezpieczeństwa, organizację szkoleń dla personelu i uczniów oraz koordynację działań w sytuacji kryzysowej.
- **Nauczyciele** muszą znać procedury postępowania w przypadku zagrożenia (m.in. wiedzieć, jak reagować na alarm przeciwpożarowy, gdzie kierować uczniów w razie ewakuacji oraz jak udzielać pierwszej pomocy).
- **Personel administracyjny i techniczny** zwykle odpowiada za monitorowanie stanu technicznego budynku, kontrolę dostępu do placówki i szybkie reagowanie na potencjalne zagrożenia, np. podejrzane pakunki czy awarie systemów bezpieczeństwa.

2. Najczęstsze błędy popełniane w sytuacjach zagrożenia i sposoby ich unikania

- **Brak znajomości procedur** – częstym problemem jest nieprzestrzeganie wytycznych dotyczących ewakuacji, co zwykle prowadzi do chaosu. Może temu zapobiec przeprowadzanie regularnych szkoleń.
- **Panika i dezinformacja** – w sytuacji kryzysowej uczniowie i nauczyciele czasami wpadają w panikę. Ważne jest, aby pracownicy szkoły zachowali spokój i komunikowali się zgodnie z ustalonymi procedurami.

- **Niewystarczająca kontrola obecności uczniów** – podczas ewakuacji może się zdarzyć, że personel szkolny nie sprawdzi, czy na pewno wszyscy opuścili budynek. Konieczna jest dokładna weryfikacja uczniów, by mieć pewność, że nikt nie pozostał w niebezpiecznej strefie.

Ćwiczenia praktyczne

Aby zapobiegać zagrożeniom i skuteczniej reagować w przypadku ich zaistnienia, w szkołach powinny być organizowane regularne ćwiczenia praktyczne, które obejmują takie działania jak:

1. **analiza przypadków** – to studium rzeczywistych sytuacji kryzysowych pozwalające uczniom i nauczycielom na wyciąganie wniosków i doskonalenie strategii reagowania. Przykładem może być analiza pożaru w innej szkole i omówienie, jakie działania były skuteczne, a jakie zawiodły;
2. **scenariusz zagrożenia** – czyli przeprowadzenie symulacji potencjalnego zagrożenia (np. pożaru, wtargnięcia napastnika), co umożliwia uczestnikom sprawdzenie swojej wiedzy w praktyce. Dzięki temu uczniowie i nauczyciele uczą się, jak efektywnie działać w warunkach stresu wywołanego niebezpieczeństwem;
3. **mapa ryzyka** – to metoda pozwalająca zidentyfikować w szkole obszary najbardziej narażone na zagrożenia (np. miejsca o dużym natężeniu ruchu, wąskie korytarze, obszary bez monitoringu). Analiza tych miejsc umożliwia wprowadzenie dodatkowych środków ostrożności, takich jak monitoring czy lepsza organizacja przestrzeni.

Prewencja jako fundament edukacji dla bezpieczeństwa

Edukacja dla bezpieczeństwa (EDB) to nie tylko nauka reagowania w sytuacjach kryzysowych, ale także świadoma prewencja. Pozwala ona unikać zagrożeń, minimalizować ich skutki oraz kształtować kompetencje niezbędne do radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Działania prewencyjne obejmują szeroki zakres zagadnień – od zdrowia fizycznego, psychicznego i emocjonalnego po rozwój postaw obronnych i umiejętność zachowania spokoju w momencie zagrożenia.

1. Zdrowie fizyczne i umiejętności ratownicze

Zapobieganie sytuacjom zagrażającym zdrowiu fizycznemu to jeden z podstawowych elementów edukacji dla bezpieczeństwa. Obejmuje ono zarówno profilaktykę zdrowotną, jak i praktyczne umiejętności, które mogą uratować życie.

- **Pierwsza pomoc przedmedyczna** – znajomość zasad resuscytacji krążeniowo-oddechowej (RKO), ułożenia poszkodowanego w pozycji bocznej ustalonej, udzielania pomocy przy zadławieniach, oparzeniach czy omdleniach.
- **Opatrywanie ran** – umiejętność tamowania krwotoków, unieruchamiania złamań, stosowania opatrunków uciskowych oraz właściwej dezynfekcji ran.

- **Profilaktyka zdrowotna** – unikanie zagrożeń związanych z odwodnieniem, przegrzaniem organizmu, infekcjami czy urazami.

2. Zdrowie psychiczne i emocjonalne

Edukacja dla bezpieczeństwa nie ogranicza się jedynie do aspektów fizycznych – równie istotne jest dbanie o zdrowie psychiczne i emocjonalne.

- **Radzenie sobie ze stresem i z paniką** – nauka technik oddechowych, ćwiczeń relaksacyjnych i sposobów na szybkie opanowanie emocji w sytuacjach zagrożenia.
- **Współpraca w grupie** – rozwijanie umiejętności efektywnej komunikacji, wzajemnego wsparcia i działania w zespole podczas ewakuacji czy akcji ratunkowych.
- **Profilaktyka zdrowia psychicznego** – edukacja w zakresie higieny cyfrowej, zapobiegania cyberprzemocy, radzenia sobie z presją rówieśniczą oraz unikania szkodliwych substancji.

3. Postawy obronne i samoobrona

Rozwój kompetencji związanych z samoobroną pozwala uczniom unikać zagrożeń i podejmować działania, które mogą ochronić ich życie i zdrowie.

- **Świadomość zagrożeń** – nauka identyfikowania niebezpiecznych sytuacji, np. potencjalnych ataków agresji w przestrzeni publicznej.
- **Podstawowe techniki samoobrony** – ćwiczenie prostych chwytów pozwalających uwolnić się z uścisku napastnika, poznanie zasad unikania ataku i skutecznego alarmowania otoczenia.
- **Bezpieczne poruszanie się w przestrzeni publicznej** – edukacja w zakresie zasad poruszania nocą, unikania ryzykownych miejsc i korzystania z numerów alarmowych.

4. Niedopuszczanie do lęku i paniki w sytuacjach kryzysowych

Jednym z kluczowych elementów edukacji dla bezpieczeństwa jest opanowanie strachu i świadome podejmowanie decyzji w sytuacjach ekstremalnych.

- **Psychologiczne techniki kontroli emocji** – trening zachowania zimnej krwi, ćwiczenia mentalne pomagające przejąć kontrolę nad własnym ciałem i myślami.
- **Symulacje sytuacji kryzysowych** – przeprowadzanie ćwiczeń ewakuacyjnych, symulacji wypadków i próbnych alarmów, aby oswoić uczniów z procedurami bezpieczeństwa.
- **Edukacja medialna** – nauka filtrowania informacji w czasie kryzysu i unikania dezinformacji, która może wywoływać zbędną panikę.

Najważniejszym celem edukacji dla bezpieczeństwa jest kształtowanie kompetencji, które pozwolą uczniom unikać zagrożeń, reagować w sytuacjach kryzysowych oraz pomagać sobie i innym. Prewencja w zakresie zdrowia fizycznego, psychicznego i emocjonalnego, rozwój postaw obronnych oraz nauka skutecznego opanowania lęku i paniki sprawiają, że młodzi ludzie wkraczają w dorosłość wyposażeni w umiejętności niezbędne do radzenia sobie w różnych, nawet najbardziej wymagających, sytuacjach.

Metodyka prowadzenia zajęć z EDB i skuteczna edukacja o bezpieczeństwie

Tworzenie scenariusza zajęć z EDB

Edukacja dla bezpieczeństwa jest kluczowym przedmiotem kształtującym świadomość uczniów w zakresie zagrożeń i sposobów reagowania na nie. Tworzenie skutecznych scenariuszy zajęć wymaga uwzględnienia treści podstawy programowej, nowoczesnych metod dydaktycznych oraz elementów praktycznych, które angażują uczniów i rozwijają ich umiejętności.

1. Opracowanie angażujących zajęć na bazie podstawy programowej

Scenariusz zajęć powinien być zgodny z treściami zawartymi w podstawie programowej kształcenia ogólnego oraz warunkami realizacji podstawy programowej. Zatem zajęcia muszą obejmować zarówno treści teoretyczne, jak i ćwiczenia praktyczne.

Opracowując przykładowy scenariusz zajęć na temat bezpieczeństwa na drodze oraz bezpieczeństwa w ruchu drogowym, należy uwzględnić wymienione poniżej aspekty:

- **bezpieczeństwo na drodze** – zasady poruszania się pieszych, rowerzystów i użytkowników hulajnóg elektrycznych, zasady bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię, znaczenie elementów odblaskowych;
- **bezpieczeństwo w ruchu drogowym** – wpływ alkoholu i substancji psychoaktywnych na zdolność prowadzenia pojazdu, podstawowe przepisy kodeksu drogowego, zasady udzielania pierwszej pomocy ofiarom wypadków.

2. Struktura scenariusza zajęć

Każdy scenariusz powinien zawierać takie elementy jak:

- **cele lekcji** – np. uczeń zna podstawowe zasady poruszania się po drodze i potrafi reagować w sytuacji zagrożenia;
- **środki dydaktyczne** – filmy edukacyjne, prezentacje multimedialne oraz symulacje wypadków drogowych;
- **metody nauczania** – dyskusja problemowa, studium przypadku, odgrywanie ról (np. symulacja wypadku drogowego), praca w grupach;
- **ćwiczenia praktyczne** – np. analiza prawdziwych zdarzeń drogowych, tworzenie mapy niebezpiecznych miejsc w okolicy szkoły;
- **ewaluacja** – testy wiedzy, quizy, prace projektowe oraz refleksja uczniów na temat zdobytej wiedzy.

3. Przykładowy plan scenariusza zajęć dla uczniów szkoły podstawowej na temat *Bezpieczeństwo pieszych i rowerzystów*

- **Wprowadzenie:** krótka prezentacja o zagrożeniach na drodze (10 min).
- **Dyskusja:** wspólne rozważania o błędach popełnianych przez pieszych oraz rowerzystów (15 min).
- **Ćwiczenie:** symulacja prawidłowego oraz nieprawidłowego przechodzenia przez jezdnię (20 min).
- **Podsumowanie:** omówienie wniosków i quiz (10 min).

4. Propozycja gotowego scenariusza zajęć dla uczniów szkoły ponadpodstawowej na temat *Użytki i ich wpływ na bezpieczeństwo*

- **Cele zajęć**
 - Uczeń rozumie konsekwencje prawne oraz zdrowotne wynikające z używania substancji psychoaktywnych.
 - Uczeń potrafi ocenić wpływ używek na zdolność prowadzenia pojazdu oraz podejmowanie decyzji.
 - Uczeń potrafi zastosować skuteczne strategie odmawiania i zna metody pomagania osobom uzależnionym.
- **Metody i środki dydaktyczne**
 - Prezentacja multimedialna z nagraniami i statystykami wypadków spowodowanych przez nietrzeźwych kierowców.
 - Symulacja zachowania po spożyciu alkoholu przy użyciu specjalnych gogli, zwanych alkogoglami.
 - Dyskusja w grupach na temat społecznych i psychologicznych skutków uzależnień.
 - Studium przypadku – analiza prawdziwej historii młodego kierowcy, który spowodował wypadek po spożyciu narkotyków.
 - Warsztaty *Jak odmawiać?* – odgrywanie ról w sytuacjach presji rówieśniczej.
- **Przebieg zajęć**
 - Wprowadzenie (10 min)**
 - Krótka pogadanka na temat używek: Co młodzież o nich wie? Jakie stereotypy o nich krążą?
 - Pytanie do uczniów: „Czy używanie alkoholu lub narkotyków jest tylko problemem zdrowotnym, czy może prowadzić do jeszcze innych zagrożeń?”
 - Część teoretyczna (15 min)**
 - Omówienie wpływu alkoholu i narkotyków na układ nerwowy, koncentrację oraz refleks.
 - Przedstawienie statystyk dotyczących wypadków drogowych spowodowanych przez nietrzeźwych kierowców.

- Przykłady z życia – historie młodych ludzi, których życie zmieniło się z powodu jednego nieodpowiedzialnego wyboru, np. [relacje na stronie Krajowego Centrum Przeciwdziałania Narkotykom](#) [dostęp: 07.03.2025].

Część praktyczna (20 min)

- Ćwiczenie z alkogoglami – uczniowie próbują wykonać proste zadania (np. przejść po linii, złapać piłkę, dotknąć nosa), symulując stan po spożyciu alkoholu przy użyciu specjalnych gogli.
- Warsztaty *Jak odmawiać?* – uczniowie wcielają się w rolę osoby namawianej do spożycia alkoholu i rolę osoby odmawiającej.
- Studium przypadku – uczniowie analizują w grupach historię młodego kierowcy, który spowodował wypadek pod wpływem narkotyków. Zastanawiają się nad jego błędami i proponują alternatywne scenariusze.

Podsumowanie (10 min)

- Dyskusja o tym, jakie wnioski można wyciągnąć z przeprowadzonych zajęć.
- Zapisanie przez uczniów na kartkach po jednej rzeczy, którą zapamiętali i chcieliby przekazać swoim rówieśnikom.
- Quiz sprawdzający wiedzę na temat wpływu używek na bezpieczeństwo.

• Materiały pomocnicze

- Gogle symulujące stan upojenia alkoholowego (alkogogle).
- Filmy edukacyjne o skutkach jazdy pod wpływem substancji psychoaktywnych.
- Karty pracy z pytaniami do studium przypadku.

Propozycja scenariusza zajęć na temat *Używki i ich wpływ na bezpieczeństwo* łączy teorię z praktyką, angażując uczniów i skłaniając ich do refleksji nad realnymi konsekwencjami nieodpowiedzialnych wyborów. Wprowadzenie symulacji (przy użyciu alkogogli) oraz analizy rzeczywistych przypadków pozwala uczniom w bezpiecznych warunkach doświadczyć zagrożeń, z jakimi mogą spotkać się w życiu.

Raporty z badań dotyczących stosowania używek wśród dzieci i młodzieży od lat wskazują na alkohol jako główną substancję psychoaktywną zażywaną przez nieletnich. Mówi o tym m.in. raport [Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną](#) [dostęp: 07.04.2025], wydany przez Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Państwową Agencję Rozwiązywania Problemów Alkoholowych oraz Instytut Psychiatrii i Neurologii w ramach europejskiego programu badań ankietowych w szkołach ESPAD (*European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs*).

ESPAD to międzynarodowy program badający używanie alkoholu, narkotyków i innych substancji psychoaktywnych przez młodzież w wieku 15–16 lat oraz 17–18 lat.

Ostatni raport ESPAD dla Polski (z 2019 roku, opublikowany w 2020 roku) pokazuje, że ponad 60% uczniów miało kontakt z alkoholem, a około 30% przyznało się do upicia w ciągu ostatniego roku.

Badanie wskazuje również na **łatwą dostępność alkoholu** dla nieletnich oraz zmieniające się trendy w spożyciu różnych napojów alkoholowych (np. coraz popularniejsze łączenie alkoholu z napojami energetycznymi).

Inne istotne raporty:

- raport Głównego Inspektoratu Sanitarnego – *Zachowania zdrowotne dzieci i młodzieży w Polsce na tle wybranych krajów europejskich*;
- badanie HBSC (*Health Behaviour in School-aged Children*) przeprowadzane co cztery lata przez Instytut Matki i Dziecka oraz Wydział Pedagogiczny Uniwersytetu Warszawskiego we współpracy ze Światową Organizacją Zdrowia (WHO – *World Health Organization*). Badanie to analizuje zachowania zdrowotne, w tym konsumpcję alkoholu przez młodzież;
- raport Ministerstwa Zdrowia dotyczący profilaktyki uzależnień – *Stan zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w Polsce*. Publikacja ta przedstawia dane na temat spożycia alkoholu i używania narkotyków, a także występowania problemów psychicznych wśród uczniów.

5. Innowacyjne metody nauczania w EDB

Aby zajęcia z edukacji dla bezpieczeństwa były bardziej angażujące i efektywne, warto wprowadzać nowoczesne metody dydaktyczne. Dzięki temu uczniowie nie tylko przyswajają teorię, ale także zdobywają praktyczne umiejętności, które mogą wykorzystać w realnych sytuacjach.

• Metody aktywizujące

- Studium przypadku – uczniowie analizują rzeczywiste wydarzenia (np. nagrania z kamer monitoringu, raporty policyjne), zastanawiają się nad popełnionymi błędami i proponują lepsze rozwiązania.
- Odgrywanie ról (symulacje) – uczniowie wcielają się w role uczestników zdarzenia (np. poszkodowanego, ratownika, świadka) i muszą podjąć właściwe działania w sytuacji zagrożenia.
- Escape room edukacyjny – uczniowie rozwiązują zagadki związane z bezpieczeństwem (np. jak wydostać się z zadymionego pomieszczenia, jak wezwać pomoc), co wymaga współpracy i szybkiego reagowania.
- Gamifikacja – wykorzystanie elementów gier (np. systemu punktowego, rywalizacji zespołowej) do zwiększenia zaangażowania uczniów.

- **Narzędzia cyfrowe wykorzystywane w EDB**

- Aplikacje mobilne – aplikacje, które pomagają uczniom ćwiczyć procedury ratunkowe, np. aplikacja mojejKP do udzielania pierwszej pomocy. [Więcej informacji o aplikacji w serwisie Ministerstwa Zdrowia i Narodowego Funduszu Zdrowia](#) [dostęp: 07.03.2025].
- Wirtualna rzeczywistość (VR) – symulacje wypadków drogowych, pożarów czy ataków agresywnych osób, pozwalające uczniom doświadczyć zagrożenia w kontrolowanych warunkach.
- Platformy e-learningowe – kursy online, interaktywne quizy i testy wiedzy, które pozwalają uczyć się we własnym tempie.

- **Metody i środki dydaktyczne**

- Prezentacja multimedialna z nagraniami i statystykami wypadków spowodowanych przez nietrzeźwych kierowców.
- Symulacja zachowania po spożyciu alkoholu przy użyciu specjalnych gogli, zwanych alkogoglami.
- Dyskusja w grupach na temat społecznych i psychologicznych skutków uzależnień.
- Studium przypadku – analiza prawdziwej historii młodego kierowcy, który spowodował wypadek po spożyciu narkotyków.
- Warsztaty *Jak odmawiać?* – odgrywanie ról w sytuacjach presji rówieśniczej.

Bezpieczna klasa

Bezpieczeństwo w szkole to nie tylko odpowiednie procedury, ale również praktyczne przygotowanie uczniów do reagowania w sytuacjach kryzysowych. Ćwiczenia praktyczne zwiększają świadomość i uczą odpowiedzialności za siebie i innych.

1. Planowanie ćwiczeń praktycznych

- **Pierwsza pomoc i ratownictwo**

- Prawidłowe wezwanie pomocy – utrwalenie numerów alarmowych: 999, 998, 997, 112 i podanie kluczowych informacji związanych z ich użyciem.
- Resuscytacja krążeniowo-oddechowa (RKO) – zasady uciskania klatki piersiowej, sztucznego oddychania, użycia defibrylatora AED.
- Postępowanie przy zadławieniach, omdleniach, urazach kończyn.
- Pozycja boczna ustalona – wskazówki, kiedy i jak ją stosować.

- **Psychologiczne aspekty bezpieczeństwa**

- Radzenie sobie w sytuacjach stresowych – stosowanie technik oddechowych i metod uspokajania się.
- Zachowywanie spokoju i pomaganie innym w trakcie zagrożenia.
- Rozpoznawanie paniki u innych i skuteczne uspokajanie grupy.

2. Przykładowe ćwiczenia praktyczne

- **Ćwiczenie Wypadek na lekcji WF** – uczniowie odgrywają sytuację, w której jeden z nich doznaje urazu, a pozostali oceniają stan poszkodowanego oraz podejmują odpowiednia działania.
- **Symulacja zadławienia** – uczniowie przy użyciu fantomów uczą się chwytu Heimlicha (inaczej: manewru Heimlicha, rękoczynu Heimlicha). To technika pierwszej pomocy stosowana w przypadku zadławienia ciałem obcym, które blokuje drogi oddechowe. Jej celem jest usunięcie przeszkody z gardła lub tchawicy poprzez wytworzenie nagłego ciśnienia w jamie brzusznej i wypchnięcie tej przeszkody na zewnątrz.
- **Ćwiczenie Zachowanie w sytuacji zagrożenia** – uczniowie wcielają się w role świadków i poszkodowanych, reagując na symulowaną sytuację kryzysową.

Współpraca szkoły ze służbami ratunkowymi

W sytuacjach zagrożenia kluczowa jest sprawna współpraca szkoły z policją, strażą pożarną, pogotowiem ratunkowym oraz innymi służbami. Szkoła powinna posiadać jasno określone procedury i kontakty do odpowiednich instytucji.

1. Opracowanie wytycznych współpracy

- **Zasady komunikacji ze służbami ratunkowymi**
 - Kiedy i jak wezwać pomoc?
 - Jakie informacje podać podczas zgłoszenia?
 - Kto w szkole jest odpowiedzialny za kontakt z daną służbą?
- **Procedury działania w sytuacji kryzysowej**
 - Pożar: natychmiastowe powiadomienie straży pożarnej i ewakuacja uczniów zgodnie z planem ewakuacyjnym.
 - Wypadek ucznia: powiadomienie pogotowia ratunkowego, udzielenie pierwszej pomocy, poinformowanie rodziców.
 - Wtargnięcie agresywnej osoby na teren szkoły: kontakt z policją, blokada drzwi, ukrycie uczniów w budynku.

2. Przygotowanie schematów działań

- **Szkolenie nauczycieli i pracowników szkoły** – regularne warsztaty we współpracy z lokalnymi służbami, np. strażą pożarną, pogotowiem.
- **Ćwiczenia praktyczne z udziałem służb** – organizacja próbnych ewakuacji, symulacji wypadków lub zajęć z pierwszej pomocy prowadzonych przez ratowników medycznych.
- **Stworzenie planu awaryjnego dla szkoły** – opracowanie mapy dróg ewakuacyjnych oraz procedur na wypadek ataku terrorystycznego i innych zagrożeń, współpraca z kuratorium oświaty w zakresie bezpieczeństwa.

3. Przykłady dobrej współpracy ze służbami

- **Program *Bezpieczna szkoła*** – inicjatywa policji, w ramach której funkcjonariusze odwiedzają szkoły i uczą dzieci zasad bezpieczeństwa.
- **Ćwiczenia z ewakuacji organizowane przez straż pożarną** – coroczne symulacje pożaru, w których uczniowie ćwiczą prawidłowe opuszczanie budynku.
- **Zajęcia z ratownikami medycznymi** – nauka pierwszej pomocy prowadzona przez profesjonalistów, dająca możliwość praktycznego sprawdzenia swoich umiejętności.

Podsumowanie

Edukacja dla bezpieczeństwa to przedmiot interdyscyplinarny, który łączy wiedzę z zakresu ochrony zdrowia, psychologii, pierwszej pomocy, prawa, edukacji obywatelskiej, biologii, chemii, obrony/samoobrony, technologii cyfrowych oraz elementy survivalu. Jego znaczenie wykracza daleko poza szkolne mury – kształtuje w młodych ludziach umiejętności i postawy niezbędne do odpowiedzialnego funkcjonowania w społeczeństwie.

Dzięki skutecznie prowadzonym zajęciom z EDB uczniowie rozwijają przezorność, rozwagę, samodzielność, poczucie sprawczości, odpowiedzialność za siebie i innych, a także budują postawy proaktywne i zyskują praktyczne umiejętności.

Najważniejszym celem edukacji dla bezpieczeństwa jest kształtowanie kompetencji, które pozwolą uczniom unikać zagrożeń, reagować w sytuacjach kryzysowych oraz pomagać sobie i innym. Prewencja w zakresie zdrowia fizycznego, psychicznego i emocjonalnego, rozwój postaw obronnych oraz nauka skutecznego opanowania lęku i paniki sprawiają, że młodzi ludzie wkraczają w dorosłość wyposażeni w umiejętności niezbędne do radzenia sobie w różnych, nawet najbardziej wymagających, sytuacjach.

Bibliografia

Główny Inspektorat Sanitarny, (2023), *Zachowania zdrowotne dzieci i młodzieży w Polsce na tle wybranych krajów europejskich*, Warszawa: Główny Inspektorat Sanitarny.

Główny Inspektorat Sanitarny, (2022), *Zasady postępowania w sytuacjach zagrożenia epidemiologicznego*, Warszawa: Główny Inspektorat Sanitarny.

Główny Inspektorat Transportu Drogowego, (2022), *Bezpieczeństwo w ruchu drogowym – poradnik dla szkół*, Warszawa: Główny Inspektorat Transportu Drogowego.

Grzelak Sz., Żyro D., (2023), *Jak wspierać młodzież w niestabilnym świecie? Wyzwania i rekomendacje dla wychowania, profilaktyki i ochrony zdrowia psychicznego po trudnych latach 2020–2022*, Warszawa: Instytut Profilaktyki Zintegrowanej.

Komenda Główna Policji, (2020), *Program „Bezpieczna szkoła” – współpraca placówek oświatowych z policją*, Warszawa: Komenda Główna Policji.

Kowalski P., (2019), *Bezpieczeństwo w szkołach: Procedury i profilaktyka*, Kraków: Wydawnictwo Edukacyjne.

Ministerstwo Zdrowia, (2022), *Stan zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży w Polsce*, Warszawa: Ministerstwo Zdrowia.

Nowak A., (2021), *Cyberbezpieczeństwo w edukacji*, Warszawa: PWN.

Nowak M., (2021), *Podstawy pierwszej pomocy w edukacji szkolnej*, Gdańsk: Wydawnictwo Medyczne.

Portal Młode głowy, <https://mlodeglowy.pl/kompendium/jestem-nauczycielem/> [dostęp: 16.05.2025].

Sierosławski J., (2020), *Używanie alkoholu i narkotyków przez młodzież szkolną*, Warszawa: Krajowe Biuro ds. Przeciwdziałania Narkomanii, Państwowa Agencja Rozwiązywania Problemów Alkoholowych, Instytut Psychiatrii i Neurologii.

Ślusarczyk J., (2019), *Ratownictwo w szkołach: Praktyczne ćwiczenia dla nauczycieli i uczniów*, Warszawa: PWN.

Ślusarczyk J., (2020), *Zarządzanie kryzysowe w szkołach*, Warszawa: PWN.

Wojcieszek K.A., (2010), *Człowiek spotyka alkohol*, Kraków: Wydawnictwo Rubikon.

Zintegrowana Platforma Edukacyjna, <https://zpe.gov.pl/szukaj-ksztalcenie-ogolne?query=&stage=E4&subject=Edukacja+dla+bezpiecze%C5%84stwa+LICEUM/TECHNIKUM> [dostęp: 16.05.2025].

0 autorce

mgr inż. Daniela Bartosiak – nauczyciel konsultant ds. chemii, doradztwa zawodowego, edukacji dla bezpieczeństwa, wychowania do życia w rodzinie i przyrody w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli (MSCDN) Wydział w Warszawie, nauczyciel chemii w Prywatnej Szkole Podstawowej Edu Bene i doradztwa zawodowego w CXIV Liceum Ogólnokształcącym im. St.I. Witkiewicza „Witkacego” w Warszawie, koordynator przedmiotowego konkursu chemicznego MKO, trener w zakresie profilaktyki zachowań młodzieży, tutor.

Ośrodek Rozwoju Edukacji
Aleje Ujazdowskie 28, 00-478 Warszawa
tel. 22 345 37 00

www.ore.edu.pl