

# KULTURA BEZPIECZEŃSTWA

*Materiały pomocnicze  
dla szkół ponadpodstawowych*

WARSZAWA 2024

**CIOP**  **PIB**

Przygotowano w ramach I etapu programu wieloletniego pn. „Dostosowanie warunków pracy w Polsce do standardów Unii Europejskiej” dofinansowanego w latach 2002-2004 w zakresie badań naukowych przez Komitet Badań Naukowych.

Zaktualizowano na podstawie wyników VI etapu programu wieloletniego pn. "Rządowy Program Poprawy Bezpieczeństwa i Warunków Pracy" finansowanego w zakresie zadań służb państwowych ze środków Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej.

Główny koordynator:

Centralny Instytut Ochrony Pracy – Państwowy Instytut Badawczy

Praca zbiorowa:

Jan Mirzejowski, Tadeusz Marciszewski, Adrian Kobza, Marian Stolarek, Mieczysław Czyż, Zdzisława Stanulewicz, Tadeusz Marciszewski, Marek Gąsiorowski, Mirosław Czyż, Ferdynand Jucha, Jacek Kanas

Publikację tego wydania sfinansowano ze środków Państwowej Inspekcji Pracy

Koncepcja graficzna serii

Włodzimierz Mazerant

Na okładce wykorzystano plakat p. Eugeniusza Skorwidera z konkursu na plakat dotyczący wypadków w szkole zorganizowany przez CIOP-PIB

© Copyright by Centralny Instytut Ochrony Pracy  
– Państwowy Instytut Badawczy

Warszawa 2024

ISBN 978-83-7373-432-6

Wydanie siedemnaste

**CIOP**  **PIB**

CENTRALNY INSTYTUT OCHRONY PRACY  
- PAŃSTWOWY INSTYTUT BADAWCZY

# SPIS TREŚCI

WSTĘP .....	7
<b>MODUŁ I Prawna ochrona pracy .....</b>	<b>9</b>
<i>Karta modułu .....</i>	<i>11</i>
<i>Lekcja 1. System ochrony pracy w Polsce .....</i>	<i>12</i>
<i>Lekcja 2. Prawa i obowiązki pracodawcy i pracownika w zakresie bezpieczeństwa i higieny pracy .....</i>	<i>23</i>
<i>Lekcja 3. Ochrona pracy kobiet, młodocianych i niepełnosprawnych .....</i>	<i>35</i>
<i>Lekcja 4. Postępowanie w związku z wypadkiem przy pracy i chorobą zawodową oraz świadczenia z tego tytułu .....</i>	<i>45</i>
<b>MODUŁ II Elementy ergonomii, fizjologii i higieny pracy .....</b>	<b>53</b>
<i>Karta modułu .....</i>	<i>55</i>
<i>Lekcja 1. Ergonomia w kształtowaniu warunków pracy .....</i>	<i>56</i>
<i>Lekcja 2. Fizjologia pracy .....</i>	<i>68</i>
<i>Lekcja 3. Higiena pracy .....</i>	<i>77</i>
<i>Lekcja 4. Higieniczne warunki pomieszczeń pracy .....</i>	<i>82</i>
<b>MODUŁ III Zagrożenia i profilaktyka w środowisku pracy .....</b>	<b>87</b>
<i>Karta modułu .....</i>	<i>89</i>
<i>Lekcja 1. Zagrożenia występujące w środowisku pracy .....</i>	<i>91</i>
<i>Lekcja 2. Zagrożenia od urządzeń elektrycznych .....</i>	<i>99</i>
<i>Lekcja 3. Oświetlenie pomieszczeń i stanowisk pracy. Promieniowanie .....</i>	<i>115</i>
<i>Lekcja 4. Drgania mechaniczne - wibracje. Hałas w środowisku pracy .....</i>	<i>126</i>
<i>Lekcja 5. Zagrożenia czynnikami chemicznymi w środowisku pracy i profilaktyka .....</i>	<i>137</i>
<i>Lekcja 6. Zagrożenia czynnikami biologicznymi w środowisku pracy .....</i>	<i>149</i>
<i>Lekcja 7. Czynniki psychofizyczne w środowisku pracy .....</i>	<i>155</i>
<i>Lekcja 8. Ocena ryzyka zawodowego na stanowisku pracy .....</i>	<i>162</i>
<i>Lekcja 9. Środki ochrony indywidualnej .....</i>	<i>171</i>
<b>MODUŁ IV Bezpieczeństwo poza pracą .....</b>	<b>183</b>
<i>Karta modułu .....</i>	<i>185</i>
<i>Lekcja 1. Bezpieczeństwo w ruchu drogowym .....</i>	<i>186</i>
<i>Lekcja 2. Bezpieczeństwo w górach i nad wodą .....</i>	<i>204</i>
<b>MODUŁ V Postępowanie w sytuacjach zagrożeń, awarii i wypadków .....</b>	<b>223</b>
<i>Karta modułu .....</i>	<i>225</i>
<i>Lekcja 1. Zasady postępowania w przypadku powstania pożaru.....</i>	<i>226</i>
<i>Lekcja 2. Zasady udzielania pierwszej pomocy .....</i>	<i>232</i>



*Poświęcamy pamięci  
prof. Bogusława Kędzi  
inicjatora opracowania  
i merytorycznego opiekuna*



## Wstęp

Przekazujemy do Państwa dyspozycji materiały edukacyjne pt. „Kultura bezpieczeństwa. Materiały pomocnicze dla szkół ponadpodstawowych”, które wchodzi w skład komplementarnego materiału pozwalającego na kształcenie z zakresu kultury bezpieczeństwa, higieny pracy i ergonomii na wszystkich poziomach krajowego systemu oświatowego, a mianowicie:

- w klasach I-III szkoły podstawowej,
- w klasach IV-VI szkoły podstawowej,
- w klasach VII-VIII szkoły podstawowej,
- w szkołach ponadpodstawowych.

Materiały powstały w Centralnym Instytucie Ochrony Pracy – Państwowym Instytucie Badawczym w wyniku realizacji programu rządowego pn. „Dostosowanie warunków pracy w Polsce do standardów Unii Europejskiej”. Ich autorami są nauczyciele i pracownicy Instytutu.

W celu zweryfikowania przydatności materiałów w praktyce szkolnej przeprowadzono ich pilotażowe wdrażanie. Uczestniczyło w nim 49 szkół, po kilkanaście z każdego poziomu edukacyjnego zgłoszone uwagi i nowe propozycje dotyczące treści, metodyki nauczania, jak i zaproponowanych narzędzi edukacyjnych zostały uwzględnione w końcowej redakcji dokonanej przez zespół autorski i przyczyniły się do udoskonalenia materiałów.

Materiał dla szkół ponadpodstawowych (podobnie jak pozostałe) ma strukturę modułową. Na każdy moduł składa się:

- 1) karta modułu, która informuje o jego czasie realizacji, celach edukacyjnych ogólnych, zastosowanych w pomocach dydaktycznych, treści modułu oraz przedstawia wykaz literatury,
- 2) lekcje określające temat, czas realizacji, wykaz pomocy dydaktycznych, cele operacyjne, treści nauczania, a także plan zajęć ze wskazówkami metodycznymi, szczegółowy scenariusz zajęć oraz spis slajdów i materiały pomocnicze dla nauczyciela (ćwiczenia dla grup, ćwiczenia indywidualne oraz ich rozwiązania),
- 3) materiał źródłowy dla ucznia do każdej lekcji zawierający informacje podstawowe oraz ćwiczenia i pytania kontrolne,
- 4) slajdy,
- 5) filmy i klipy filmowe, które powstały z materiałów uzyskanych drogą umowy licencyjnej z TVP, bezpłatnych materiałów filmowych Europejskiej Agencji Bezpieczeństwa i Zdrowia w Pracy oraz zostały opracowane w Centralnym Instytucie Ochrony Pracy – Państwowym Instytucie Badawczym.

Materiały stanowią komplementarny zbiór pomocy dydaktycznych do tematów lekcji związanych z bezpieczeństwem i zdrowiem, które w niektórych przypadkach pokrywają się z treściami programowymi różnych przedmiotów np. biologii, chemii, fizyki, wychowania fizycznego i edukacji dla bezpieczeństwa czy różnych przedmiotów zawodowych.

Materiały są obszerne, co daje możliwość elastycznego wyboru tych elementów, które wynikają z potrzeb dydaktycznych w danej szkole i klasie. Mają pomóc przy realizacji treści programowych kształtujących wśród uczniów podstawy bezpiecznych i prozdrowotnych zachowań oraz przygotowujących ich do bezpiecznego wykonywania obowiązków pracowniczych w przyszłości. Mamy nadzieję, że materiały „Kultura bezpieczeństwa” będą pomocne w Państwa pracy dydaktycznej.

[www.ciop.pl](http://www.ciop.pl)