



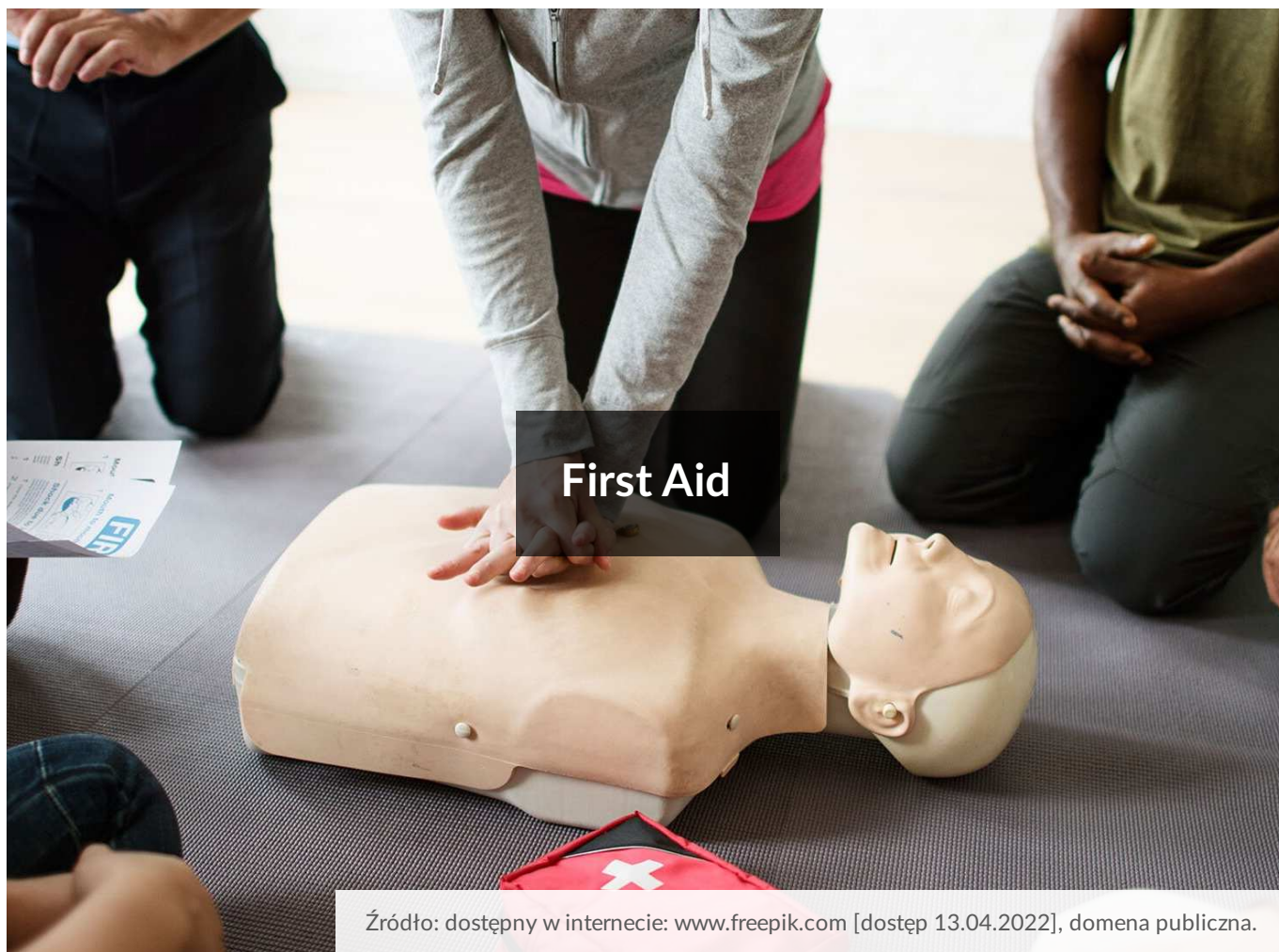
## First Aid

- [Wprowadzenie](#)
- [Przeczytaj](#)
- [Ilustracja interaktywna](#)
- [Sprawdź się](#)
- [Słownik](#)
- [Dla nauczyciela](#)

### Bibliografia:

---

- Źródło: Zuzanna Kościuk, licencja: CC BY-SA 3.0.



## Pierwsza pomoc

Czy kiedykolwiek znalazłeś/znalazłaś się w sytuacji, w której udzielałeś/udzielałaś pierwszej pomocy? Wiele osób nie wie, co wtedy robić, mimo że tak naprawdę pomóc potrafi niemal każdy. Nawet ten, kto nigdy nie przeszedł odpowiedniego szkolenia. Ten materiał przybliży ci, czym dokładnie jest pierwsza pomoc oraz jak jej udzielać. Co więcej, dowiesz się, co powinna zawierać apteczka pierwszej pomocy, tak aby zawsze być przygotowanym na sytuacje kryzysowe.

### Twoje cele

- Na podstawie przeczytanych i wysłuchanych tekstów rozwinięsz słownictwo związane z pierwszą pomocą oraz użyjesz go w różnych kontekstach komunikacyjnych.
- Dzięki pracy z ilustracją multimedialną opiszysz zawartość apteczki pierwszej pomocy i wyjaśnisz, do czego używa się znajdujących w niej przedmiotów.

- Korzystając z nowo poznanych wyrażeń, stworzysz krótki artykuł, w którym opisziesz, z czego powinna składać się apteczka pierwszej pomocy.

# Przeczytaj

---

Injuries happen more often than we think. Can you help someone in need? Whether you do or not, it's always a good idea to refresh your memory. In this section, you'll read a text about first aid.



Can you administer first aid?

Źródło: dostępny w internecie: <https://unsplash.com/> [dostęp 23.10.2023], domena publiczna.

## Exercise 1

Do you know the basics of first aid? Group the elements according to what you think is right.

1. DO:

2. DON'T:

help unless you're safe

move the injured person

help an awake person unless they give consent

calmly judge the situation

check the injured person

use protective equipment

call 1-1-2

ask the injured person about their condition

touch the injured person without gloves

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

**Read the text about administering first aid and do the exercises below.**

” Zuzanna Kościuk

## First Aid

First aid covers any [immediate medical assistance](#) to those suffering from minor to [life-threatening injuries](#). It can be [administered by](#) professionals as well as people without any previous training. Whether one's treating a bleeding cut or [performing CPR](#), they're providing first aid.

Injuries, no matter if mild or serious, can happen to anyone at any time and place. That's why you should know the basics of providing help. In a case of an injury, follow the steps below (outlined by Red Cross):

1. [Assess the situation](#) quickly but calmly. First, make sure you are safe before providing help. Then, find out what happened and [form an initial impression](#) of the injured. Remember, you should not attempt to help anyone without using [personal protective equipment \(PPE\)](#), such as [disposable gloves](#) first!
2. If the injured [appears unresponsive](#), check them for breathing and [life-threatening conditions](#). You can do it by performing the shout-tap-shout method (shouting "are you ok?" followed by a tap on the shoulder and another shout). If the person: doesn't respond; responds but is not fully awake; isn't breathing or has any other life-threatening condition, call 1-1-2 or [ask a bystander](#) to call 1-1-2 for you. Then, provide first aid [to the best of your ability](#). If the person has problems breathing, you should perform CPR as fast as possible.
3. If the injured person is [responsive](#) ([responds to stimulation](#), is fully awake or doesn't seem to have a life-threatening injury), ask them to [consent to administer first aid](#). Then, interview them about symptoms they're experiencing, allergies, medications they take as well as [medical conditions](#) they may have. Decide whether what you hear agrees with what you see. Do not move the person if you suspect a head or neck injury. Also, do not force the injured person to move any part of their body that causes discomfort or pain. Call 1-1-2 and stay calm while you wait for [EMS](#) or [first responders](#) to [arrive at the scene](#).

Remember, while any person is [capable of](#) administering first aid even without basic training or the right equipment, it's always a good idea to [undergo first aid training](#). It includes not only information on how to [offer basic care](#), but also how and when to use contents of the [first aid kits](#).

Źródło: Zuzanna Kościuk, licencja: CC BY-SA 3.0.

## Exercise 2

Search for the information in the text and choose the correct answer.

### 1. First aid

- a) is only performed by professionals.
- b) can be provided by untrained people.
- c) is only about interviewing injured people.
- d) is about making the medical condition worse.

### 2. You should know how to administer first aid because

- a) accidents happen in everyday life.
- b) first aid training is mandatory.
- c) otherwise you might be in danger.
- d) first responders require help from the bystanders.

### 3. The first thing you should do before administering first aid is

- a) asking the injured person about their condition.
- b) calling 1-1-2 and waiting for EMS to arrive.
- c) judging the scene and deciding what to do.
- d) performing CPR.

### 4. Unresponsive people

- a) should always be moved.
- b) always require CPR.
- c) need to be checked for breathing.
- d) always suffer from a minor injury.

### 5. Responsive people

- a) should give their consent to first aid.
- b) shouldn't be touched under any circumstances.

- c) need to call 1-1-2 to ask for help.
- d) can give their medical history only to EMS.

6. You should call 1-1-2

- a) after performing CPR.
- b) only if the situation requires it.
- c) as soon as you see an accident.
- d) no matter how small the injury is.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

### Exercise 3

Based on the information from the text, drag and drop the elements below to fill in the gaps.

1. First aid is  provided by people at the scene.
2. Disposable gloves are a part of .
3. When the injured person isn't breathing, they're suffering from a .
4. If you can't call 1-1-2 yourself, you should always  to do it for you.
5. Always  before providing help and calling EMS.
6. After calling EMS, first responders will .

arrive at the scene

ask a bystander

assess the situation

immediate medical assistance

personal protective equipment

life-threatening condition

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

## Exercise 4

Read the text again and then use the correct form of the words in brackets to type the words in gaps.

1. Before attempting to help an injured person, you should always put on  (dispose) gloves.
2. You should perform the tap-shout-tap method on  (response) people.
3. It's always crucial to aid an injured person to the best of your  (able).
4. You should form an initial  (impress) and only then administer first aid.
5. You don't need to be a first  (respond) to help an injured person.
6. First aid can be administered by both medical professionals and  (train) people.
7. It's a good idea to  (go) first aid training if only to be more efficient in the future.

## Exercise 5

Answer the questions below in 4-5 sentences each.

1. In your opinion, what are the things you should do before administering first aid?

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

2. You should call 1-1-2 in specific situations. What are they? Provide two examples.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

## Słownik

**administered by**

/ əd'mɪnɪstəd baɪ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**udzielany/udzielana przez**

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**appears unresponsive [appear unresponsive]**

/ ə'piəz ,ʌnrɪ'spɒnsɪv / / ə'piər ,ʌnrɪ'spɒnsɪv /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

wydaje się nieprzytomny/nieprzytomna [wydawać się nieprzytomnym/nieprzytomną]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**arrive at the scene**

/ ə'raɪv ət ðə si:n /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

przybyć na miejsce zdarzenia

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**ask a bystander**

/ ɑ:sk ə 'baɪstændə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

poprosić świadka wydarzenia

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**assess the situation**

/ ə'ses ðə ,sɪtʃʊ'eɪʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

ocenić sytuację

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**capable of sth**

/ 'keɪpəbəl əv 'sʌmθɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

zdolny/zdolna do czegoś, będący/będąca w stanie coś zrobić

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**consent to administer first aid**

/ kən'sent tu əd'mɪnɪstə 'fɜːst eɪd /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

wyrazić zgodę na udzielenie pierwszej pomocy

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**disposable gloves**

/ dɪ'spəʊzəbəl glʌvz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

jednorazowe rękawiczki [jednorazowa rękawiczka]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**EMS (emergency medical services)**

/ ,i: em 'es / / ɪ'mɜ:dʒənsi 'medɪkl 'sɜ:vɪsɪz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

pogotowie ratunkowe

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**first aid kits [first aid kit]**

/ 'fɜ:st eɪd kɪts / / 'fɜ:st eɪd kɪt /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

apteczki pierwszej pomocy [apteczka pierwszej pomocy]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**first responders [first responder]**

/ 'fɜːst rə'spɔːndərz / / 'fɜːst rə'spɔːndə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

członkowie służby przeszkoleni do pierwszego kontaktu w czasie wypadków  
[członek/członkini służb przeszkolony/przeszkolona do pierwszego kontaktu  
w czasie wypadków]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

### **form an initial impression**

/ 'fɔːm ən rɪ'nɪʃl̩| ɪm'preʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

kształtować pierwsze wrażenie

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

### **immediate medical assistance**

/ ɪ'miːdiət 'medɪk| ə'sɪstəns /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

natychmiastowa pomoc medyczna

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**life-threatening conditions [life-threatening condition]**

/ laɪf 'θretŋɪŋ kən'dɪʃnz / / laɪf 'θretŋɪŋ kən'dɪʃŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

stany zagrożenia życia [stan zagrożenia życia]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**life-threatening injuries [life-threatening injury]**

/ laɪf 'θretŋɪŋ 'ɪndʒərɪz / / laɪf 'θretŋɪŋ 'ɪndʒəri /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

urazy zagrażające życiu [uraz zagrażający życiu]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**medical conditions [medical condition]**

/ 'medɪkəl kən'dɪʃnz / / 'medɪkəl kən'dɪʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

schorzenia [schorzenie]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**minor injuries [minor injury]**

/ 'maɪnər 'ɪndʒərɪz / / 'maɪnər 'ɪndʒəri /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

niewielkie uszkodzenia ciała [niewielkie uszkodzenie ciała]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**offer basic care**

/ 'ɒfə ,beɪsɪk keə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

oferować podstawową opiekę (medyczną)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**performing CPR [perform cpr]**

/ pə'fɔ:mɪŋ ,si: pi: 'ɑ: / / pə'fɔ:m ,si: pi: 'ɑ: /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

robienie sztucznego oddychania [robić sztuczne oddychanie]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**personal protective equipment (PPE)**

/ 'pɜ:sən| prə'tektɪv ɪ'kwɪpmənt / / ,pi: pi: 'i: /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

sprzęt ochrony osobistej (np. rękawiczki jednorazowe lub maseczki)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**responds to stimulation [respond to stimulation]**

/ rɪ'spɒndz tu ,stɪmjʊ'leɪʃn / / rɪ'spɒnd tu ,stɪmjʊ'leɪʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

reaguje na stymulację [reagować na stymulację]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**responsive**

/ rɪ'spɒnsɪv /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

tu: przytomny/przytomna

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**to the best of your ability [to the best of one's ability]**

/ tu ðə best əv jər ə'biləti / / tu ðə best əv wʌnz ə'biləti /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

najlepiej jak potrafisz [najlepiej jak się potrafi]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

**undergo first aid training**

/ ,ʌndə'gəʊ 'fɜːst eɪd 'treɪnɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

przechodzić kurs z pierwszej pomocy

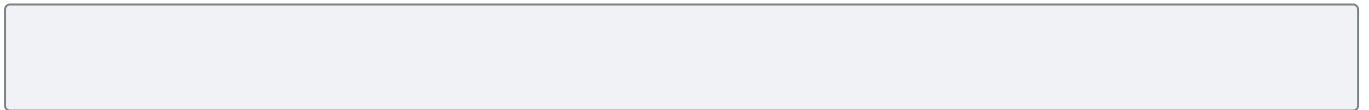
Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/D1DGsryqw>

Nagranie dźwiękowe

---

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0

Dziennik



Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

# Ilustracja interaktywna

Adminstrating first aid is much easier with a first aid kit. What should be inside it? Work with the illustration below to find out.

## Exercise 1

Match the words and phrases below with their translations.

injury

uraz

CPR

sztuczne oddychanie

aid

bandaż

wound

rana

bandage

jednorazowe

disposable

pomoc

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

**Work with the illustration about contents of the first aid kit. Then, do the exercises below.**

Źródło: GroMar Sp. z o.o., dostępny w internecie: <https://freepik.com/> [dostęp 23.10.2023], licencja: CC BY-SA 3.0.

## Exercise 2

Match pictures of items in the first aid kit with the correct definitions.

Źródło: dostępny w internecie: [www.freepik.com](http://www.freepik.com) [dostęp 14.04.2022], domena publiczna.

### Exercise 3

Search for the information in the listening passages and choose all the correct answers.

1. You use this item to protect yourself from contact with someone's bodily fluids.

- a) disposable gloves
- b) CPR mask
- c) antiseptic solution

2. This item is placed directly on the wound.

- a) gauze
- b) dressing
- c) bandage

3. You use this item before dressing the wound.

- a) antiseptic solution
- b) gauze
- c) CPR mask

4. You can use pins or tape to keep this item in place.

- a) bandage
- b) gloves
- c) gauze

5. The fundamental rule of first aid is

- a) keeping things sterile
- b) avoiding cross-contamination
- c) carrying a CPR mask
- d) using gauze to absorb fluid

6. First aid kits

- a) come in all sizes
- b) contain varied items

- c)  should be fit to the person using them .

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

#### Exercise 4

In your opinion, what's the difference between first aid kits of first responders and regular people? Answer in 3-4 sentences.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

# Sprawdź się

---

Show exercises:   

## Exercise 1



Pair words and phrases with their translations.

immediate medical assistance

uraz zagrażający życiu

appear unresponsive

udzielany/udzielana przez

life-threatening injury

natychmiastowa pomoc medyczna

administered by

wydawać się  
nieprzytomnym/nieprzytomną

undergo first aid training

przechodzić kurs pierwszej pomocy

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

## Exercise 2



Read the sentences and drag and drop the right phrases in the gaps.

1. Put on disposable gloves, so everything you touch remains .
2. One of the basic rules of first aid is avoiding cross-.
3. You can use safety pins to secure a  in place.
4. Do not  the wound before using an antiseptic solution.
5. Always use a CPR mask, so you don't come in contact with bodily .
6. You can use  both to clean and secure the wound.

contamination

gauze

sterile

bandage

dress

fluids

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

### Exercise 3



Read the note and choose the correct answer to create a coherent and grammatically correct text.

No matter what you believe, everyone is 1 ... administering first aid. You just need to remember a few key rules. First, you should assess the situation and 2 ... initial impression of the injured. Then, you should put on 3 ... as to avoid infection and cross-contamination. This action also ensures that all the items you'll be using from this point onward will remain sterile. Only then should you touch the injured. At this stage, your role is to judge whether the person in question 4 ... because it will affect all of your future actions. If they aren't, you ought to call 1-1-2 or ask a bystander to call it for you.

• 1

- a) deal with
- b) capable of
- c) consent to
- d) allergic to

• 2

- a) form
- b) perform
- c) administer
- d) undergo

• 3

- a) CPR mask
- b) disposable gloves
- c) safety pins
- d) antiseptic solution

• 4

- a) performs CPR

- b) avoids infection
- c) appears responsive
- d) administers aid

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

## Exercise 4



Highlight in GREEN five verbs associated with first aid. Highlight in PURPLE five items one can find in a first aid kit.

zielony

fioletowy

The other day I had to administer first aid. It wasn't easy, but I think I managed! My friend fell from his bike. He scratched his leg deeply. Fortunately, I had a first aid kit in my backpack. First, I put on disposable gloves . Then, I applied antiseptic solution to the wound. I used a gauze and dressing to dress it. Finally, I secured the bandage in place.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

## Exercise 5



Listen to the short recording about one person's first aid kit. Then, based on the information you've gathered, fill in the gaps in the Polish text below.

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DoN33xvj1>

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

Nagranie dźwiękowe

---

Osoba z nagrania ma w apteczce kilka kluczowych przedmiotów. Jednym z nich są (1)  jednorazowego użytku, dzięki którym wszystko, czego dotyka, zostaje sterylne. Kolejnymi przedmiotami w apteczce są (2)  i sól fizjologiczna, ponieważ oba te produkty służą do odkażania ran. W apteczce znalazły się też gaza, (3)  i bandaż z nożyczkami oraz (4)  samoprzylepną. Te dwie ostatnie rzeczy są potrzebne osobie z nagrania, ponieważ bez nich nie potrafi założyć (5) .

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

## Exercise 6



Translate the phrases in brackets to form logical and grammatically correct sentences. Note: you can write no more than four words in each gap.

1. She suffered a serious  (*urazu*), so I had to call 1-1-2.
2. Before you anything on the scene,  (*oceni*) the situation.
3. You use bandages to secure the wound that already has a   
(*opatrunek*) on it.
4. Before you administer first aid, you should always put on   
(*jednorazowe*) gloves.
5. Sometimes you cannot call 1-1-2 yourself and that's when you ask a   
(*świadka zdarzenia*) to do it.

## Exercise 7



Imagine you're a member of a first aid online forum. You're leaving two short comments on how to help a responsive and unresponsive injured person. In the comments, explain what responsive/unresponsive means in this context and describe actions to follow.

Each answer should be 5–6 sentences long.

### 1. RESPONSIVE PERSON

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

### 2. UNRESPONSIVE PERSON

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

## Exercise 8



You've just learned how to create a first aid kit. Write a short article (200–250 words) for your school's online site about its contents and the way in which they can help you.

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0.

# Słownik

---

## Słownik

**administered by**

/ əd'mɪnɪstəd baɪ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**udzielany/udzielana przez**

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**antiseptic solution**

/ ,ænti'septɪk sə'lu:ʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**środek antyseptyczny**

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**appears unresponsive [appear unresponsive]**

/ ə'piəz ,ʌnrɪ'spɒnsɪv / / ə'piər ,ʌnrɪ'spɒnsɪv /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

wydaje się nieprzytomny/nieprzytomna [wydawać się  
nieprzytomnym/nieprzytomną]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**arrive at the scene**

/ ə'raɪv ət ðə si:n /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

przybyć na miejsce zdarzenia

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**ask a bystander**

/ ɑ:sk ə 'baɪstændə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

poprosić świadka wydarzenia

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**assess the situation**

/ ə'ses ðə ,sɪtʃʊ'eɪʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

ocenić sytuację

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**avoid cross-contamination**

/ ə'vɔɪd 'krɒs kən,tæmɪ'neɪʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

uniknąć zanieczyszczenia krzyżowego (przenoszenia drobnoustrojów z zakażonego produktu na inny)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

### **avoid infection**

/ ə'vɔɪd ɪn'fekʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

uniknąć zakażenia

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

### **bodily fluid**

/ 'bɒdəli 'fluːɪd /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

płyn ustrojowy

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**capable of sth**

/ 'keɪpəbl̩ əv 'sʌmθɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

zdolny/zdolna do czegoś, będący/będąca w stanie coś zrobić

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**consent to administer first aid**

/ kən'sent tu əd'mɪnɪstə 'fɜːst eɪd /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

wyrazić zgodę na udzielenie pierwszej pomocy

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**CPR mask**

/ ,si: pi: 'ɑ: mɑ:sk /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

maska do resuscytacji (sztucznego oddychania)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**disposable gloves**

/ dɪ'spəʊzəbəl glʌvz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

jednorazowe rękawiczki [jednorazowa rękawiczka]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**dress a wound**

/ 'dres ə wu:nd /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

opatrzyć ranę

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**dressing**

/ 'dresɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

opatrunek

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**EMS (emergency medical services)**

/ ,i: em 'es / / ɪ'mɜ:dʒənsi 'medɪkəl 'sɜ:vɪsɪz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

pogotowie ratunkowe

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**ensure**

/ ɪn'ʃʊə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

upewniać się, zagwarantować

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**first aid kits [first aid kit]**

/ 'fɜːst eɪd kɪts / / 'fɜːst eɪd kɪt /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

apteczki pierwszej pomocy [apteczka pierwszej pomocy]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

## **first responders [first responder]**

/ 'fɜːst rə'spɔːndərz / / 'fɜːst rə'spɔːndə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

członkowie służby przeszkoleni do pierwszego kontaktu w czasie wypadków  
[członek/członkini służb przeszkolony/przeszkolona do pierwszego kontaktu  
w czasie wypadków]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

## **form an initial impression**

/ 'fɔːm ən ɪ'nɪʃl ɪm'preʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

kształtować pierwsze wrażenie

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

## **gauze**

/ ɡɔːz /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

gaza

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**immediate medical assistance**

/ ɪ'mi:diət 'medɪkəl ə'sɪstəns /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

natychmiastowa pomoc medyczna

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**life-threatening conditions [life-threatening condition]**

/ laɪf 'θretŋɪŋ kən'dɪʃnz / / laɪf 'θretŋɪŋ kən'dɪʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

stany zagrożenia życia [stan zagrożenia życia]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**life-threatening injuries [life-threatening injury]**

/ laɪf 'θretŋɪŋ 'ɪndʒərɪz / / laɪf 'θretŋɪŋ 'ɪndʒəri /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

urazy zagrażające życiu [uraz zagrażający życiu]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**medical conditions [medical condition]**

/ 'medɪkəl kən'dɪʃnz / / 'medɪkəl kən'dɪʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

schorzenia [schorzenie]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**minor injuries [minor injury]**

/ 'maɪnər 'ɪndʒərɪz / / 'maɪnər 'ɪndʒəri /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

niewielkie uszkodzenia ciała [niewielkie uszkodzenie ciała]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**modifiability**

/ mɒdɪfɪə'bɪlɪti /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

możliwość dopasowania do własnych potrzeb

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**offer basic care**

/ 'ɒfə ,beɪsɪk keə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

oferować podstawową opiekę (medyczną)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**performing CPR [perform cpr]**

/ pə'fɔ:mɪŋ ,si: pi: 'ɑ: / / pə'fɔ:m ,si: pi: 'ɑ: /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

robienie sztucznego oddychania [robić sztuczne oddychanie]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**personal protective equipment (PPE)**

/ 'pɜ:sənəl prə'tektɪv ɪ'kwɪpmənt / / ,pi: pi: 'i: /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

sprzęt ochrony osobistej (np. rękawiczki jednorazowe lub maseczki)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**responds to stimulation [respond to stimulation]**

/ rɪ'spɒndz tu ,stɪmjʊ'leɪʃn / / rɪ'spɒnd tu ,stɪmjʊ'leɪʃn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

reaguje na stymulację [reagować na stymulację]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**responsive**

/ rɪ'spɒnsɪv /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

tu: przytomny/przytomna

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**safety pin**

/ 'seɪfti pɪn /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

agrafka

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**secure**

/ sɪ'kjʊə /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

tu: założyć (opatrunek/bandaż)

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

## **sterile**

/ 'steraɪl /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

sterylne [sterylny/sterylna]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

## **sticky tape**

/ 'stɪki teɪp /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

taśma samoprzylepna

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

## **to the best of your ability [to the best of one's ability]**

/ tu ðə best əv jər ə'biləti / / tu ðə best əv wʌnz ə'biləti /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

najlepiej jak potrafisz [najlepiej jak się potrafi]

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

**undergo first aid training**

/ ,ʌndə'gəʊ 'fɜːst eɪd 'treɪnɪŋ /

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

przechodzić kurs pierwszej pomocy

Nagranie dostępne pod adresem <https://zpe.gov.pl/a/DNJnXUMKN>

Nagranie dźwiękowe

---

Źródło: GroMar Sp. z o.o., licencja: CC BY-SA 3.0

## Bibliografia

*What Is First Aid?*, <https://www.redcross.org/take-a-class/first-aid/performing-first-aid/what-is-first-aid> [dostęp 13.06.2023 r.].

*First Aid Steps*, <https://www.redcross.org/take-a-class/first-aid/performing-first-aid/first-aid-steps> [dostęp 13.06.2023 r.].

*What Should I Keep in My First Aid Kit*, <https://www.nhs.uk/common-health-questions/accidents-first-aid-and-treatments/what-should-i-keep-in-my-first-aid-kit/> [dostęp 13.06.2023 r.].

# Dla nauczyciela

---

**Autorka e-materiału:** Zuzanna Kościuk

**Autorka scenariusza:** Zuzanna Ładyga-Michalska

**Przedmiot:** język angielski

**Temat zajęć:** *First Aid* / Pierwsza pomoc

**Grupa docelowa:** klasa 1 liceum/technikum

**Podstawa programowa:**

Cele kształcenia – wymagania ogólne: III.1, III.3, III.4, III.5

Treści nauczania – wymagania szczegółowe: I.11, II.2, II.5, II.7, III.1, III.4, III.5, III.7, V.1, V.2, V.9, V.10, V.11

**Poziom nauczania:** rozszerzony

**Kształtowane kompetencje kluczowe:**

1. [K1] kompetencje w zakresie rozumienia i tworzenia informacji
2. [K2] kompetencje w zakresie wielojęzyczności
3. [K4] kompetencje cyfrowe
4. [K5] kompetencje osobiste, społeczne i w zakresie umiejętności uczenia się

**Cele operacyjne:**

1. Uczeń stosuje słownictwo związane z pierwszą pomocą.

2. Uczeń potrafi opisać zawartość apteczki pierwszej pomocy i wyjaśnić, do czego używa się znajdujących w niej przedmiotów.
3. Uczeń potrafi udzielić instrukcji na temat tego, jak udzielić pierwszej pomocy.

### **Cele motywacyjne:**

1. Uczeń rozwija słownictwo umożliwiające podanie instrukcji w języku angielskim w zakresie pierwszej pomocy.
2. Uczeń pogłębia wiedzę na temat podstawowych czynności ratunkowych.

### **Strategie uczenia się:**

1. strategie pamięciowe (obraz i dźwięk; skojarzenia myślowe, umieszczanie nowych słów w kontekście)
2. strategie kognitywne (ćwiczenie wymowy, analizowanie i rozbijanie zdań i zwrotów na mniejsze części)
3. strategie kompensacyjne (nauka poprzez używanie omówień i synonimów nieznanymi słów; domyślanie się znaczenia słów z kontekstu)

### **Metody/techniki nauczania:**

1. metoda kognitywna
2. konektywizm
3. podejście komunikacyjne
4. podejście humanistyczne
5. zintegrowane nauczanie językowo-przedmiotowe
6. metoda podająca (praca z tekstem)
7. metoda cyfrowa (praca z użyciem komputera)
8. metoda praktyczna (ćwiczenia przedmiotowe)
9. metoda aktywizująca (praca z katalogiem interaktywnym, dyskusja w parach/na forum klasy)

## **Formy zajęć:**

1. praca w parach
2. praca w grupach
3. praca całego zespołu klasowego
4. praca indywidualna

## **Środki dydaktyczne:**

1. komputer z dostępem do internetu i z głośnikami
2. zasoby multimedialne zawarte w e-materiale
3. tablica interaktywna
4. urządzenia (laptopy, tablety) dla poszczególnych uczniów

## **PRZEBIEG LEKCJI:**

### **Faza wprowadzająca:**

1. Nauczyciel wyświetla zdjęcie wprowadzające sekcję *Przeczytaj* i pyta uczniów:  
*Can you administer first aid? When is first aid needed?* Uczniowie odpowiadają na forum klasy.
2. Uczniowie na forum klasy porządkują wyrażenia w *Exercise 1 (Przeczytaj)*, podają kolejne *dos* i *don'ts* nauczycielowi, który nanosi odpowiedzi na tablicę multimedialną.

### **Faza realizacyjna:**

1. Uczniowie czytają tekst *First Aid* i wybierają prawidłowe odpowiedzi w *Exercise 2 (Przeczytaj)*. Odpowiedzi uzasadniają cytatami z tekstu.
2. Uczniowie ponownie czytają tekst *First Aid* i przeciągają wyrażenia w luki w *Exercise 3 (Przeczytaj)* na urządzeniach mobilnych. Odczytują odpowiedzi na forum klasy, uzasadniając je fragmentami z tekstu.

3. Uczniowie pracują indywidualnie na urządzeniach mobilnych i uzupełniają zdania w *Exercise 4* (Przeczytaj). Porównują odpowiedzi w parach i nanoszą je na tablicę.
4. Uczniowie pracują w parach. Starają się przytoczyć z pamięci kroki udzielania pierwszej pomocy wymienione w tekście *First Aid*.
5. Uczniowie rozmawiają w parach i odpowiadają na pytania z *Exercise 5* (Przeczytaj):
  - *In your opinion, what are the things you should do before administering first aid?*
  - *You should call 1-1-2 under specific circumstances. What are they? Provide two examples.*
5. W ramach przygotowania do pracy z ilustracją interaktywną uczniowie rozwiązują krzyżówkę w *Exercise 1* (Ilustracja interaktywna). Chętna osoba nanosi odpowiedzi na tablicę multimedialną.
6. Nauczyciel wyświetla na tablicy ilustrację interaktywną i i odtwarza nagrania, a następnie uczniowie łączą obrazki z nagraniami w *Exercise 2* (Ilustracja interaktywna). Nanoszą odpowiedzi na tablicę multimedialną.
7. Uczniowie wskazują prawidłowe odpowiedzi w *Exercise 3* (Ilustracja interaktywna) na forum klasy i nanoszą odpowiedzi na tablicę multimedialną.
8. Uczniowie rozmawiają w parach i odpowiadają na pytanie z *Exercise 4* (Ilustracja interaktywna): *In your opinion, what's the difference between first aid kits of first responders and regular people?*

### **Faza podsumowująca:**

1. Uczniowie rozmawiają w parach na temat: *Imagine you have to create a small first aid kit for your personal use. What would you keep inside? Pick 4–5 items and explain why you chose them and what they're used for.*
2. Uczniowie pracują w parach. Każdy formułuje trzy zagadki na temat przedmiotów będących wyposażeniem apteczki, a następnie zadaje je osobie z pary. Odpowiadający podaje nazwę przedmiotu i ją literuje.

### **Praca domowa:**

1. Uczniowie wykonują jedno lub dwa ćwiczenia spośród *Exercise 1–7* (Sprawdź się). Pozostałe ćwiczenia z sekcji mogą zostać wykorzystane przez nauczyciela w ramach sprawdzianu.
2. Uczniowie wykonują pracę pisemną według polecenia z *Exercise 8* (Sprawdź się): *You've just learned how to create a first aid kit. Write a short article (200–250 words) for your school's online site about its contents and the way in which they can help you.*

**Materiały pomocnicze:** Ilustracja interaktywna z e-materiału.

**Wskazówki metodyczne opisujące różne zastosowania danego multimedium:**

W celu utrwalenie słownictwa z ilustracji interaktywnej uczniowie tworzą ulotkę szkolną z instrukcją na temat: *How to create your own first aid kit*. Instrukcja powinna zawierać informacje, jakie przedmioty należy umieścić w apteczce i krótkie (dwuzdaniowe) opisy na temat ich zastosowania.