

Edukacja dla bezpieczeństwa. Funkcjonowanie , Zajęcia rozwijające komunikowanie się ,

Aktywny zawodowo i społecznie.

Wakacyjne porady.

<https://www.youtube.com/watch?v=bTL4vNkBqvk>

Bezpieczeństwo w czasie wakacji.

**Oto najważniejsze zasady, którymi powinniśmy się kierować, aby bezpiecznie spędzić wakacje:**

1. Zawsze informuj rodziców, gdzie i z kim przebywasz. Przekaż im także, o której godzinie zamierzasz wrócić.
2. Noś ze sobą numer telefonu do rodziców.
3. Pamiętaj o zasadach bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię – przechodź na pasach dla pieszych i na zielonym świetle.
4. Do zabawy wybieraj zawsze miejsca oddalone od jezdni.
5. Zawsze zapinaj pasy w samochodzie.
6. Nie rozmawiaj z obcymi.
7. Poinformuj rodziców, gdyby ktoś Cię zaczepiał.
8. Nie oddalaj się z nieznanymi, nie wsiadaj z nimi do samochodu.
9. Nie bierz słodczy ani innych prezentów od obcych.
10. Pamiętaj o numerach alarmowych. W razie potrzeby dzwoń i wezwij pomoc.
11. Kąp się tylko w miejscach do tego przeznaczonych, na strzeżonych i bezpiecznych kąpieliskach.
12. Nie wchodź do wody bez opieki osoby dorosłej.
13. Nie pływaj w czasie burzy, mgły, gdy wieje porywisty wiatr.
14. Pamiętaj o ochronie przed słońcem. W czasie upałów pij dużo wody i zawsze noś nakrycie głowy. Przed wyjściem na zewnątrz posmaruj się kremem z filtrem.
15. Zadbaj o właściwy ubiór – strój z elementami odblaskowymi, kask ochronny podczas jazdy na rowerze czy odpowiednie buty w czasie wycieczki w góry.
16. W górach nie wyruszaj w trasę, jeśli widzisz, że nadchodzi burza.
17. Szukaj bezpiecznego schronienia podczas burzy.
18. Podczas górskich wycieczek nie schodź ze szlaku.
19. Nie oddalaj się bez pytania od rodziców – w nowych miejscach łatwo się zgubić.
20. Po każdym wyjściu z miejsc zalesionych dokładnie sprawdź skórę na obecność kleszczy.
21. Uważaj na rośliny, na których się nie znasz. Niektóre jagody, liście czy grzyby są trujące.
22. Podczas spacerów po lesie stosuj preparaty odpędzające owady i kleszcze.
23. Nie rozpalaj ogniska w lesie.

24. Nie baw się z obcymi zwierzętami. Nawet przyjaźnie wyglądający pies czy kot może Cię ugryźć, gdy spróbujesz go pogłaskać.
25. Bądź rozsądny i zachowaj umiar we wszystkim, co robisz.
26. Przestrzegaj zaleceń sanitarnych.

- zachowuj dystans, zakładaj maseczkę w miejscach publicznych, myj ręce.



**Zapamiętaj!**

**Europejski Numer Alarmowy**

**112**

**Pogotowie ratunkowe.....**

**Straż Pożarna.....**

**Policja .....**

**Połącz strzałką.**


**998      999      997**



Kap się tylko w miejscach dozwolonych!

## BEZPIECZNA KĄPIEL

1. Pływaj tylko w miejscach strzeżonych, gdy wywieszona jest biała flaga.
2. Kap się tylko w obecności dorosłych.
3. Zawsze słuchaj poleceń ratownika.
4. Nie baw się w przytapianie innych osób. Nie spychaj nikogo z pomostów, materacy.
5. W trakcie kąpieli nie wzywaj pomocy, jeśli nie jest Ci ona potrzebna.

A cartoon lifeguard wearing a blue uniform, a white cap, and yellow life preserver, holding a red and white beach ball.

## W RAZIE NIEBEZPIECZEŃSTWA

- wołaj o pomoc
- dzwoń pod numer **112**

### PAMIĘTAJ !!!

Flaga biała |  oznacza, że można się kąpać.  
Flaga czerwona |  oznacza zakaz kąpieli.

A cartoon dog with a black spot on its face, sitting in a yellow inflatable ring with a duck.A vertical column of six icons: a police badge, a fire department emblem, a medical cross, a lifebuoy, a fire department emblem, and a fire department emblem.

Kiedy nie należy wchodzić do wody?

Gdy jest wywieszona . . . . .


Flaga.

**biała czerwona**

## 6 RZECZY



### O KTÓRYCH MUSISZ PAMIĘTAĆ NA WAKACJACH

- 
- 1 Unikaj otwartych sieci WiFi
  - 2 Pamiętaj, by zawsze się wylogować
  - 3 Nie zostawiaj włączonego i niezabezpieczonego sprzętu
  - 4 Aktywuj usługi przeciwkradzieżowe w smartfonie
  - 5 Zabezpiecz komputer i telefon hasłem
  - 6 Nie zostawiaj na wierzchu kart pamięci i pendrive'ów

## Jak udzielać pierwszej pomocy?



## Jak długo przebywać na słońcu?

### NA SŁOŃCU:

1. Nie przebywaj długo na słońcu.
2. Przed wyjściem na słońce posmaruj się odpowiednim dla siebie kremem.
3. Noś nakrycie głowy.
4. Unikaj przebywania na słońcu między godz. 11-16, wtedy słońce jest najgroźniejsze.
5. Dużo pij.

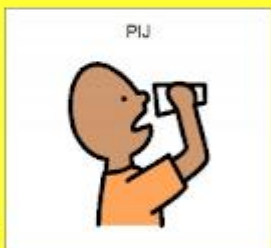


# WAKACYJNE RADY AAC:

1.



2.



3.



Dokończ zdanie.

Na upał.....

Pij .....

Dobrze.....

# WAKACYJNE RADY AAC:

4.



5.



6.



W czasie burzy.....

.....

.....



## GDZIE NIE NALEŻY SIĘ KAPAĆ

- w miejscach niestrzeżonych przez ratowników
  - przy falochronach
  - przy zaporach wodnych i mostach
- w stawach hodowlanych i basenach przeciwpożarowych



## KIEDY NIE NALEŻY WCHODZIĆ DO WODY

- ♦ gdy wywieszona jest czerwona flaga
  - ♦ gdy jest Ci zimno
- ♦ po zjedzeniu obfitego posiłku lub, gdy jesteś głodny
  - ♦ gdy nadchodzi burza
  - ♦ gdy występują silne prądy

## ZASADY BEZPIECZNEJ JAZDY NA ROWERZE

1. Używaj sprawnego i w pełni wyposażonego roweru.
2. W czasie jazdy używaj kasku.
3. Dokładnie rozejrzyj się, zanim ruszysz.
4. W miarę możliwości korzystaj z drogi dla rowerów.
5. Przestrzegaj przepisów drogowych, obowiązują one także rowerzystów.
6. Przed skrzyżowaniami, wyjazdami z podwojek i bocznych ulic, trzymaj zawsze dłoń na hamulcu.
7. Nie wymuszaj pierwszeństwa przejazdu.
8. Sygnalizuj odpowiednio wcześniej wszystkie skręty.
9. Nigdy nie ścinaj zakrętów.



## NUMERY TELEFONÓW ALARMOWYCH

### Europejski numer alarmowy

# 112



Pogotowie Ratunkowe **999**

Straż Pożarna **998**

Policja **997**

Straż Miejska **986**



## PAMIĘTAJ

- ♦ strefa dla nieumiejących pływać oznaczona jest bojami koloru czerwonego
- ♦ strefa dla umiejących pływać, oznaczona bojami koloru żółtego
  - ♦ kap się tylko w miejscach strzeżonych przez ratowników
  - ♦ stosuj się do regulaminu kąpieliska i poleceń ratowników
    - ♦ nie skacz do nieznannej i płytkiej wody
    - ♦ nie kap się sam

Nie wypływaj poza kąpielisko



## KIEDY NALEŻY SZYBKO WYJŚĆ Z WODY

- \* kiedy ratownik wzywa do wyjścia z wody lub wywieszona czerwona flaga
  - \* gdy jest Ci zimno i masz dreszcze
  - \* gdy doznałeś skurczu mięśni
  - \* gdy nastąpiło nagłe pogorszenie pogody



## WYCIECZKA W GÓRY, DO LASU

- ✓ Przed wyjściem w góry sprawdź prognozę pogody
- ✓ Zaopatrz się w apteczkę i telefon komórkowy
- ✓ Weź ze sobą ciepłe ubranie, jedzenie i picie
- ✓ Nigdy nie schodź ze szlaku i nie oddalaj się od grupy
- ✓ Nie zbieraj grzybów, jeśli nie jesteś pewny czy są jadalne
- ✓ Uważaj na kleszcze i owady, chroń się przed nimi odpowiednim ubraniem i preparatami odstraszającymi



## PIERWSZA POMOC W PRZYPADKU OMDLENIA

- \* ułożyć poszkodowanego na plecach z nogami lekko uniesionymi do góry
- \* umożliwić poszkodowanemu swobodny dostęp świeżego powietrza
  - \* stosować zimne okłady na głowę
  - \* podawać chłodne napoje
- \* powiadomić o zdarzeniu ratownika lub odpowiednie służby (999, 112)

## ZASADY WZYWANIA POMOCY

- przedstaw się
- podaj numer telefonu, z którego dzwonisz
- podaj adres miejsca w którym się znajdujesz oraz punkty charakterystyczne
- opisz co się stało
- opisz stan i liczbę ofiar wypadku
- poczekaj aż dyżurny zada Ci wszystkie niezbędne pytania i zakończy rozmowę

Nigdy nie przerywaj rozmowy pierwszy!

## Zajęcia komputerowe

Bezpieczne zachowanie w Internecie- budowanie świadomości zagrożeń w Internecie.

Internet –korzyści i zagrożenia, uzupełnij tabelę.

<https://learningapps.org/9216855>

Korzyści	Zagrożenia

**gry ,zabawa, oglądanie filmów, komunikatory, nauka ,  
rozwijanie zainteresowań, wirusy, ktoś może nas oszukać,  
wykraść dane, spam, nieprzyjemne komentarze**

Rozwiąż krzyżówkę

Jeśli będziesz miał kłopoty pomogą Ci w tym wyrazy.

**katalog , obraz, tablet, ekran , filmy  
,notes , telefon, monitor**

## Załącznik 1 do tematu Bezpieczny internauta:

### KARTA PRACY

Uzupełnij krzyżówkę:

- 1) W telewizyjnym ekranie, często przez dzieci oglądane.
- 2) Na nim zobaczysz efekt swojej pracy z komputerem.
- 3) Przenośny komputer większy niż telefon komórkowy lub smartfon.
- 4) Jaki aparat, słowo za słowem, niesie po świecie naszą rozmowę?
- 5) Dzieło artystyczne, które możesz zawiesić na ścianie.
- 6) Służy do zapisywania notatek.
- 7) Szklane „oko” w telewizorze.
- 8) Miejsce w komputerze służące do zapisywania plików (inaczej folder).

	1						
2							
		3					
	4						
5							
		6					
		7					
8							

Hasło: .....

<http://scholaris.pl/zasob/112380?bid=0&iid=&query=bezpieczny+internet&api=>

Obejrzyj prezentację.

Na podstawie prezentacji napisz kilka zasad bezpiecznego korzystania z Internetu.

.....

.....

.....

<https://learningapps.org/6547510>

Test , zaznacz prawidłową odpowiedź.

Hasła do moich kont komputerowych są:

- długie, składają się z małych i dużych liter, a także cyfr i znaków są skomplikowane, znane tylko mnie
- krótkie i proste (np. takie same jak login, data urodzenia)

Kiedy loguję się w miejscu publicznym , np. w szkole, to:

- nigdy nie zwracam uwagi na bezpieczne połączenie i czy nikt niepowołany nie patrzy na klawiaturę.
- zawsze zwracam uwagę na bezpieczne połączenie i czy nikt niepowołany nie patrzy na klawiaturę.

Kiedy loguję się w miejscu publicznym , np. w szkole, to:

- zawsze pamiętam aby się wylogować.
- zapominam wylogować się ze swojego konta.

Podaję swoje prawdziwe dane

- zawsze, gdy strona się o to pyta (np. biorąc udział w konkursach, badaniach czy quizach)
- tylko gdy jest to konieczne (np. zakupy)

Gdy ktoś przesyła mi e-mail, link czy załącznik, otwieram go:

- tylko wtedy, gdy przesyła go znajomy i wygląda wiarygodnie.
- zawsze i od każdego. Lubię nieznane przesyłki z niespodzianką.

Publikuję swoje materiały (np. teksty, zdjęcia i filmy) w Internecie:

- wszystkie, które zrobię.

- wybierasz te, które pozytywnie Cię pokazują, ale przedtem analizujesz potencjalne konsekwencje ich publikacji i masz świadomość, że odtąd jest możliwe, że każdy będzie mógł je zobaczyć.

<https://learningapps.org/4548427>

Bezpieczny Internet

oddziel zachowania bezpieczne od niebezpiecznych - pracuj online.