

Drodzy Rodzice. Drogie „Rybki”. W tym tygodniu tematem przewodnim będzie: „**BEZPIECZNE WAKACJE**”



Propozycja zabaw i aktywności 22.06.2020

1. Kochani Rodzice, Kochane Rybki usiądźcie sobie wygodnie na kanapie i wspólnie przeczytajcie wiersz pt. „Bezpieczne wakacje”.

*Lato, słońce, wiatr i woda – wakacyjny czas!
Morze, góry i przygoda nic nie zatrzyma nas!
Na wycieczkę wyruszamy. Łatwo zgubić się w tym tłumie.
Od grupy się nie odłączamy! – To przedszkolak już rozumie.
Podróż autem planowana? – więc dokładnie zapnij pasy,
byś bezpiecznie mógł pokonać kilometry długiej trasy.
Latem w słońcu ziemia cała, czasem niebo zsyła żar.
Ty weź czapkę, krem do ciała – poznaj plażowania czar!
Gdy nad wodą wczasujemy, co dzień czeka kąpiel, plaża.
Nie wchodź jednak sam do wody, bo nieszczęście też się zdarza.
Z mamą, z tatą pływaj śmiało, ciesz się słońcem i przygodą,
lecz powtarzam z mocą całą: – Nie ma żartów z wielką wodą! ε
Szumu drzew chciałbyś posłuchać? – Na wędrówkę idź w głąb lasu,
lecz dokładnie okryj kostki, by nie było ambarasu.
Na komary, osy, kleszcze miej baczenie! – uwierz mi!
więc olejkem się zabezpiecz, by spokojnie dalej iść. ρ
Kiedy w górach będziesz wreszcie, patrz na skały, zieloności
i pamiętaj, że tu jesteś tylko chwilę gór tych gościem.
Wędruj nad potokiem cicho, wsłuchuj się w melodię gór.
Nie krzycz – bo obudzisz licha. Nie śmieć – bo rozgniewasz bór.
Chcesz pojeździć na rowerze? Może włożyć rolki, wrotki?
Nie zapomnij o swym kasku. Wkładaj szybko, ten nowiutki!
Tam – na ścieżce rowerowej – z tobą wiatr i słońca blask...
W ochroniaczach jest bezpieczniej – jedziesz śmiało, błyszczą kask!
Lato, lato nie trwa wiecznie, choć byś chciał zatrzymać czas.
Baw się dobrze, lecz bezpiecznie, czy to morze, góry, las.*

2. Po wysłuchaniu wiersza warto chwilę porozmawiać z dziećmi na temat jego treści i zadać dzieciom kilka pytań:

- ✓ Jakie są podstawowe zasady bezpiecznych wakacji?
- ✓ O czym trzeba pamiętać podczas podróży autem?
- ✓ Jak należy chronić się przed słońcem?
- ✓ Jak należy ubrać się do lasu?
- ✓ Jak trzeba zachowywać się w górach?
- ✓ Czy można być głośno?
- ✓ Co trzeba zakładać podczas jazdy na rowerze lub wrotkach?

3. Kochani zapraszam Was do zabawy ruchowej pt. „Kto jak skacze?”

Proszę wejść w link: <https://www.youtube.com/watch?v=LNouuY9zrKQ>

4. Kochani Rodzice proponuje porozmawiać z dzieckiem na temat bezpieczeństwa podczas wakacji. Do wykorzystania plakat w załączniku nr 1.

5. Tishi, Tashi i Ubaki wybrali się na wycieczkę w góry. Dziś pokażą Wam Rybki jak należy się przygotować do wędrowki, co ze sobą zabrać oraz jak zaplanować trasę wycieczki. Zapraszam na wspaniałą bajkę edukacyjną, która uczy zasad bezpiecznego zachowania w górach.

Proszę wejść w poniższy link:

<https://www.youtube.com/watch?v=wS4SRvkvLio&t=52s>

6. W wolnej chwili proponuję ułożyć puzzle pt. „Bezpieczne wakacje”.

Proszę wejść w poniższy link:

<https://puzzlefactory.pl/pl/puzzle/graj/dla-dzieci/245414-bezpieczne-wakacje>

POWODZENIA RYBKI☺

Propozycja zadań do wykonania:

Kart pracy -Nowa Trampolina Część 4 str. 53

Karty pracy- Załącznik nr 2

**Proszę o przygotowanie na 23.06 (wtorek):
plastikową tackę, plastikowy pojemniki na wodę i np. małe kamyki, kartki z zeszytu, plastelina, metalowy klucz, korek, pileczki do ping-ponga, kawałki papieru o różnej strukturze i grubości (np. kawałek tektury, bibuły, brystolu), klocek drewniany, klocek plastikowy, styropian, piórko, liść, gąbka, makaron, dwie łódki z papieru wykonane techniką origami.**

 **WOJEWÓDZKA STACJA SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA W KATOWICACH**
www.wsse.katowice.pl

BEZPIECZNE Wakacje



ZASADY BEZPIECZNEJ KĄPIELI

- ✘ Nie kąp się w miejscach niedozwolonych – korzystaj tylko ze strzeżonych kąpielisk
- ✘ Nigdy nie skacz do wody o nieznanym dnie
- ✘ Nie zanurzaj się gwałtownie w wodzie po długim przebywaniu na słońcu
- ✘ Nie rób hałasu – ratownik może nie usłyszeć czyjśgo wołania o pomoc

WYCIECZKA W GÓRY, DO LASU

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



AKTYWNY WYPOCZYNEK

- 🚰 Zakładaj kask zawsze gdy jeździsz na rowerze, rolkach czy deskorolce
- 🚰 Przestrzegaj przepisów drogowych
- 🚰 Bądź widoczny na drodze- miej odblaski
- 🚰 Bądź aktywny fizycznie ale zachowaj rozsądek, nie uprawiaj sportów w miejscach niedozwolonych



DBAJ O ZDROWIE I HIGIENĘ

- 🍷 Dbaj o higienę osobistą i czystość wokół siebie
- 🍷 Nie używaj wspólnych przyborów toaletowych
- 🍷 Nie pij i nie jedz ze wspólnych naczyń
- 🍷 Myj ręce przed każdym posiłkiem
- 🍷 Jedz zdrowo
- 🍷 Zawsze sprawdzaj datę ważności produktów, które spożywasz
- 🍷 Unikaj jedzenia posiłków w przypadkowych miejscach



BEZPIECZNE OPALANIE

- 🕶️ Nie przebywaj zbyt długo na słońcu
- 🕶️ Stosuj kremy z filtrami ochronnymi
- 🕶️ Noś nakrycia głowy i okulary przeciwsłoneczne
- 🕶️ Pij dużo wody niegazowanej
- 🕶️ Pamiętaj! Słońce opala cię również gdy jesteś w wodzie!

UWAGA



- ⚠️ Nie ryzykuj, z wakacji przywieź tylko miłe wspomnienia
- ⚠️ Zachowaj ostrożność w kontaktach z obcymi
- ⚠️ Nie przyjmuj poczęstunków od nieznajomych
- ⚠️ Uważaj na dzikie i bezpieczne zwierzęta

 Pogotowie 999
 Policja 997
POMOC Numer alarmowy 112



Czy domyślasz się, gdzie spędzą wakacje dzieci pokazane