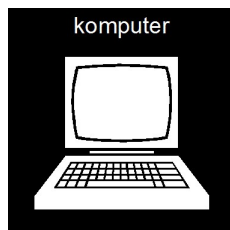


## Temat: Bezpieczne ferie.



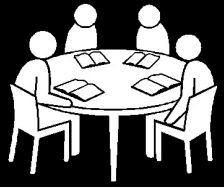
Ferie są po to abyście odpoczywali, bawili się, realizowali swoje zainteresowania, na które w okresie nauki często brakuje Wam czasu.



Na początek posłuchajcie piosenki  
„Pora Na Zimowy Sport”

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

uczyć się



Aby ferie były przyjemne musicie pamiętać o kilku ważnych zasadach. Dzisiaj sobie je przypomnimy.



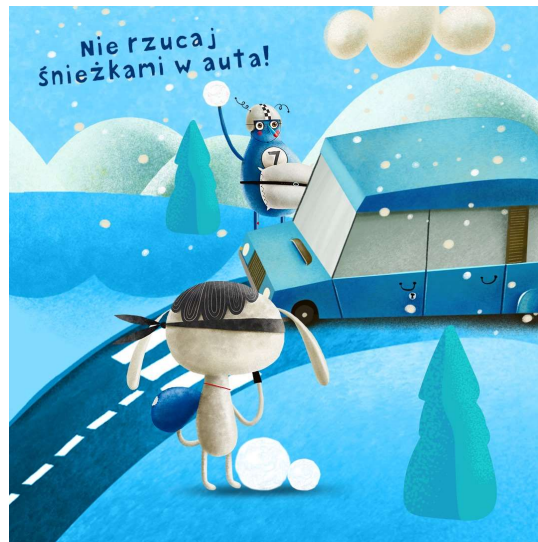
**Jeśli zostaniecie w domu sami, PAMIĘTAJCIE!!!**

W czasie nieobecności rodziców nie wpuszczajcie nikogo do mieszkania. Nie otwierajcie drzwi, żeby sprawdzić, czy osoba pukająca już odeszła.



**Jeśli będziecie się bawić poza domem, PAMIĘTAJCIE!!!**

Bawcie się tylko w miejscach przeznaczonych do zabawy!



Nie rzucajcie śnieżkami w pieszych i samochody, bo możecie spowodować wypadek!



Nie rzucajcie w kolegów śnieżkami, w których umieściliście coś twardego np. kamień lub lód - możecie zrobić im krzywdę!



Idąc w pobliżu drogi zachowajcie szczególną ostrożność – długość hamowania pojazdów zimą jest znacznie dłuższa wskutek śliskiej nawierzchni!

*Nie wsiadaj do samochodów osób nieznanych*



Nie ufajcie osobom obcym! Nie bierzcie od nich proponowanych słodyczy!

Nie korzystajcie z ich zaproszeń na spacer lub do domu!

Nie wsiadajcie do samochodu osób nieznanomych!

## Nie zapomnijcie też o higienie wypoczynku!

- Śpijcie co najmniej 7 – 8 godzinna dobę,
  - przed snem wywietrzcie pokój,
  - ubierajcie się stosownie do pogody,
- pamiętajcie o czapce, szaliku i rękawiczkach,
- stosujcie kremy ochronne na skórę twarzy,
  - po przyjsciu do domu umyjcie ręce.

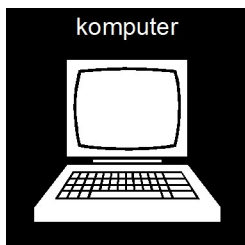


## Dbajcie o higienę osobistą!

- Odżywiajcie się zdrowo,
- unikajcie przebywania z osobami chorymi na grypę lub inne infekcje,
- w przypadku objawów grypopodobnych zgłóście się do lekarza,
- myjcie ręce po wyjściu z toalety oraz po zakończeniu zabawy.



**BAWCIE SIĘ DOBRZE I ODPOCZYWAJCIE  
– ŻYCZĘ WAM UDANYCH I BEZPIECZNYCH FERII**



Zadanie dla chętnych  
Wykonajcie zimowy test .

<https://wordwall.net/pl/resource/27078163/zimowe-zabawy-test>

opracowała: Joanna Wdowińska