

TEMAT TYGODNIA: **WAKACJE**

PONIEDZIAŁEK: **BEZPIECZNE WAKACJE**



1. Wysłuchanie wiersza. Rozmowa na temat jego treści.

Na wakacje ruszać czas

Za dni kilka –o tej porze
będę witać polskie morze.
Bo najbardziej mi się marzy
żeby bawić się na plaży.

A ja chciałbym dotknąć chmury
i dlatego jadę w góry.
Razem z mamą, razem z tatą
w górach lubię spędzać lato.

Ja na morze nie mam czasu.
Wolę jechać het- do lasu.
I tam z dziadkiem zbierać grzyby
albo w rzece łowić ryby.

Dla mnie to najlepsza pora

żeby wskoczyć do jeziora.
Nie chcę w upał chodzić w góry.
Wolę jechać na Mazury.

Morze, góry, las i rzeka;
Wszystko to już na nas czeka.
Bo zaczęło się już lato
Jedźmy mamó, jedźmy tato.

Rozmowa na temat wiersza,

2. Na wakacjach – zabawa ruchowa. Dzieci udają się w podróż wakacyjną wykorzystując różne środki lokomocji - naśladują dany środek transportu oraz odgłosy jakie wydaje.

3. Przypomnienie zasad bezpiecznych wakacji, poprzez odpowiedź

TAK lub NIE (podniesienie kartonika z zielonym lub czerwonym światłem), na zadane pytania:

- Czy należy posmarować skórę kremem z filtrem, przed wyjściem na słońce?
- Czy w lesie można palić ognisko?
- Czy biała flaga oznacza, że można się kąpać?
- Czy na plaży można zakopać śmieci?
- Czy w górach można spacerować w klapkach?
- Czy w każdym miejscu można skakać na główkę do wody?
- Czy w górach należy zawsze iść wyznaczonym szlakiem?
- Czy podczas jazdy na rowerze należy mieć kask?
- Czy w czasie burzy można stać pod drzewem?
- Czy jeśli się zgubimy, możemy prosić o pomoc nieznajomego pana?
- Czy dzieci powinny mieć rękawki i koła ratunkowe?

4. Wysłuchanie opowiadania, rozmowa na temat jego treści.

Opowiadanie

„Wreszcie wakacje” – powiedziała Ola budząc się rano w pokoju z widokiem na morze. To były wyczekiwane wakacje po długim roku szkolnym, obfitym w przygody i uroczystości.

„Jemy śniadanie i wychodzimy na plażę”- powiedziała mama. Po pysznej jajecznicy Ola, jej siostra Ala i tata byli już gotowi do wyjścia. Cała rodzina wyruszyła na plażę. Po drodze zatrzymali się przy budce z lodami. Lody były kolorowe a wybór niespotykane duży. Ola i Ala nie mogły się zdecydować .

Kiedy Ola wybrała już malinową i pistacjową gałkę spostrzegła budkę z kolorowymi muszelkami i innymi pamiątkami z wakacji. Szybko do niej pobiegła, bo przecież obiecała babci muszelki. Gdy z zapartym tchem oglądała pamiątki nagle zobaczyła, że jest sama. A gdzie mama i tata?

Ola szybko wybiegła ze sklepiku, ale rodziców nie było widać w pobliżu. Natychmiast udała się do pani kasjerki i powiedziała że się zgubiła, że się nazywa Ola Nowak. Pani kasjerka powiadomiła ratownika. Po chwili przez megafon zabrzmiał komunikat o znalezionej dziewczynce Oli. Po 10 minutach do sklepiku dotarli rodzice, którzy również szukali córki. Na szczęście wszystko skończyło się dobrze. Ola już na zawsze zapamięta, że nie wolno oddalać się od rodziny.

5. Wysłuchanie piosenki o bezpiecznych wakacjach.

<https://pl.pinterest.com/pin/856317316637808235/>

6. Bezpieczne wakacje nad wodą – film edukacyjny. Obejrzyjcie razem z dzieckiem i omówcie.

<https://www.youtube.com/watch?v=cn5pS8xXXFU>

**Drodzy rodzice przypominamy zasady bezpieczeństwa nad wodą,
zarówno dla dzieci jak i dla Was.**

Uważajcie podczas wypoczynku!

Bezpieczny wypoczynek nad wodą

Wakacje sprzyjają spędzaniu wolnego czasu nad wodą. Pamiętajmy, że bezpieczeństwo nasze i naszych dzieci nad wodą zależy w dużej mierze od nas samych. Przestrzegajmy podstawowych zasad podczas wypoczynku nad wodą.

Zasady bezpiecznej kąpieli:

1. Pływaj tylko w miejscach strzeżonych czyli tam, gdzie jest ratownik WOPR.
2. Przestrzegaj regulaminu kąpieliska, na którym przebywasz. Stosuj się do uwag i zaleceń ratownika.
3. Nie pływaj w czasie burzy, mgły oraz gdy wieje porywisty wiatr.
4. Nie pływaj w miejscach, gdzie jest dużo wodorostów lub wiesz, że występują zawirowania wody lub zimne prądy. Pływaj w miejscach dobrze znanych.
5. Nie skacz do wody w miejscach nieznanach. Może się to skończyć śmiercią lub kalectwem. Absolutnie zabronione są w takich miejscach skoki "na główkę".
6. Nie baw się w przytapianie innych osób korzystających z wody oraz spychanie do wody z pomostów i materacy.
7. Pamiętaj, że materac dmuchany nie służy do wypływania na głęboką wodę, podobnie jak i nadmuchiwane koło.
8. Nigdy nie pływaj po spożyciu alkoholu.
9. Kąpiąc się na kąpieliskach zwracaj uwagę na osoby obok nas. Może się okazać, że ktoś będzie potrzebował pomocy. Jeżeli będziesz w stanie mu pomóc to uczyn to, ale w granicach swoich możliwości. Jeżeli nie będziesz się czuł na siłach, to zawiadom inne osoby.
10. Nie przeceniaj swoich umiejętności pływackich. Jeżeli chcesz wybrać się na dłuższą trasę pływacką, pływaj asekurowany przez łódź lub przynajmniej w towarzystwie jeszcze jednej osoby. Na głowie powinieneś mieć założony czepek, abyś był widoczny dla innych w wodzie. Możesz do tego celu użyć bojki na szelkach.
11. Nie wypływaj za daleko od brzegu po zapadnięciu zmroku. Pływanie po zachodzie słońca jest niebezpieczne.

Nad wodą zawsze trzeba zachować ostrożność i zdrowy rozsądek!!! To nam zapewni bezpieczeństwo. Przestrzeganie tych kilku podstawowych zasad przyczyni się do

zwiększenia naszego bezpieczeństwa, a tym samym na pewno po weekendowym wypoczynku i wakacjach wrócimy szczęśliwi, ładnie opaleni, ze wspaniałymi wspomnieniami.

Uważajcie na słońce! Rodzicu przypominamy zasady bezpiecznego opalania.

BEZPIECZNE OPALANIE

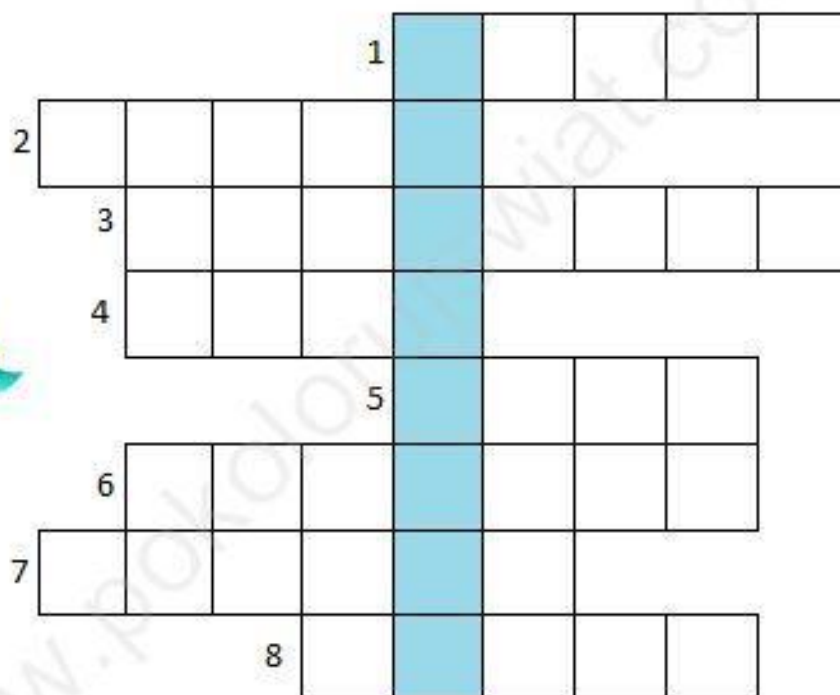
- ◆ przed opalaniem zabezpiecz skórę kremem lub olejkami z filtrem
- ◆ korzystaj z przykrycia głowy i okularów przeciwsłonecznych
- ◆ staraj się opalać w ruchu, np. grając w piłkę lub pływając
- ◆ jeśli opalasz się po raz pierwszy skróć czas przebywania na słońcu do minimum
- ◆ nie opalaj się w godzinach szczególnie silnego nasłonecznienia – w południe
 - ◆ pij dużo płynów



- ◆ po kąpieli słonecznej a przed wejściem do wody schłodź ciało wodą
- ◆ nie plażuj na wydmach i na pomostach

Krzyżówka – Wakacyjna

1. Służy do grania, np. w siatkówkę,
2. Ma kierownicę, siodełko i dwa pedały,
3. Zbieramy je nad morzem,
4. Pyszne i zimne. W kubeczku lub na patyku,
5. Np. Alpy lub Beskidy,



6. Możesz polecieć nim na wakacje,
7. Co to za owoce? 
8. Egzotyczne drzewo na którym rosną kokosy.



HASŁO: _____