



Bezpieczne Ferie - scenariusz

Rozpoczynają się ferie zimowe, czyli okres wyjazdów i beztrudnej zabawy na śniegu i lodzie. T także podróże po górach. By ferie przebiegały szczęśliwie należy pamiętać o podstawowych zasadach bezpieczeństwa - o tym właśnie jest ta lekcja

O lekcji: Podczas piątej lekcji w ramach trzeciej edycji ogólnopolskiej akcji edukacyjnej "Dzieci uczą rodziców" dzieci poznają najważniejsze zasady bezpieczeństwa podczas zimowego wypoczynku.

Cel ogólny lekcji: omówienie zasad bezpieczeństwa podczas pobytu w górach i zabawy na śniegu

Cele szczegółowe lekcji:

- omówienie 10 zasad bezpieczeństwa w górach
- prezentacja zasad bezpiecznej zabawy na świeżym powietrzu
- omówienie zasad dbania o zdrowie w zimowe dni

Efekt: wzrost wiedzy i świadomości z zakresu bezpieczeństwa.

Metody prowadzenia zajęć:

- rozmowa kierowana - zadawanie pytań przez nauczyciela
- omówienie prezentacji multimedialnej
- zabawa z wykorzystaniem przygotowanych zadań dla dzieci
- burza mózgów

Przebieg zajęć

- **wprowadzenie:** nauczyciel prowadzący zajęcia omawia tematykę zajęć, a także zadaje pytania sprawdzające wiedzę i próbujące zaciekać tematyką lekcji
- **omówienie prezentacji:** główną część lekcji stanowi prezentacja multimedialna, na której w sposób atrakcyjny dla dziecka zaprezentowane zostały zagadnienia będące przedmiotem lekcji
- **zadania do wykonania:** trzecią częścią zajęć podobnie jak w przypadku wszystkich lekcji w ramach akcji "Dzieci uczą rodziców" są zadania, które dzieci wykonują w trakcie zajęć, a efekty



swojej pracy zabierają do domu i pokazują rodzicom - na kartach pracy jest komunikat adresowany do rodzica, który zachęca do przeznaczenia czasu na wspólną naukę (np. do wykonania jakiegoś zadania, czy obejrzenia jakiegoś filmu)

Materiały pomocnicze do prezentacji

1. Dziesięć zasad bezpieczeństwa w górach

1. Wybierz odpowiedni cel

Po pierwsze, na cel wycieczki wspólnie z rodzicami wybierz takie miejsce i teren, które jest odpowiednie dla Twojego wieku, a także doświadczenia rodziców.

2. Planuj trasę szczegółowo

Po drugie, zaplanuj trasę wycieczki szczegółowo. To świetna zabawa, która przeniesie Cię myślami w góry jeszcze przed wyprawą! Plan trasy powinien uwzględniać takie kwestie jak czas przejścia i lokalizację takich obiektów jak np. schroniska.

3. Sprawdź prognozę pogody w górach

Pogoda w górach determinuje wiele. Decyduje o tym czy w ogóle wyjdziemy w góry, czy zrealizujemy trasę, o której godzinie ruszymy na szlak, by zejść z niego zanim rozpęta się burza lub śnieżycy. Pamiętaj, by korzystać z dedykowanych prognoz w góry, a nie tych dla miast. Pogoda w górach jest bardzo dynamiczna.

4. Odpowiednio się ubierz

Odpowiednio dobierz ubiór i obuwie. Stosuj ubiór “na cebulkę” - zimą w górach jest bardzo zimno, a pogoda potrafi się bardzo szybko zmienić. Pamiętaj o czapce, szaliku, rękawiczkach, ciepłej kurtce i odpowiednim obuwiu.

5. Zostaw informację

Wyruszając w góry zawsze należy zostawić komuś informację o planowanej trasie i godzinie powrotu. To bardzo ważne!



6. Naładuj telefon i zapisz numery ratunkowe

Przewiduj. Pomyśl o awaryjnych sytuacjach. Przed wycieczką naładuj telefon. Jeśli nie masz silnej baterii, zabierz powerbank i oszczędzaj w górach energię. W telefonie zapisz sobie numer do GOPR/TOPR – 985 lub 601 100 300.

7. Trzymaj się szlaku

Dobłą zasadą jest trzymanie się zaplanowanej trasy. Jeśli z jakiś względów zmieniasz drogę, daj znać bliskim choćby, że obierasz inny szlak. Od czasu do czasu możesz powiadomić kogoś, gdzie się znajdujesz. Możesz wysłać SMS lub skorzystać z portali społecznościowych.

8. Wychodź wcześniej

W góry ruszaj z samego rana. Będziesz mieć więcej czasu, by się nimi nacieszyć. Rankiem pogoda – szczególnie latem – jest stabilniejsza. Poranne wyjścia to także więcej czasu na wędrowkę zanim zapadnie zmierzch. Jeśli tylko możesz, poruszaj się w górach za dnia. To dobre dla Twojego bezpieczeństwa.

9. Korzystaj ze sprzętu

Decydując się na dłuższą wycieczkę warto zabrać ze sobą np. kijki trekkingowe, które ułatwiają przemieszczanie się. Dorosłe osoby decydujące się na trudniejszą trasę powinny pamiętać o zabraniu specjalistycznego sprzętu do wspinaczki górskiej.

10. Nie wędruj sam!

Nawet krótkie spacerunki po górach dla osób dorosłych bywają niebezpieczne. Dlatego nigdy nie oddalaj się od rodziców lub opiekunów wycieczki, zawsze ich słuchaj i stosuj się do ich poleceń, a wycieczka będzie bezpieczna



2. Bezpieczna zabawa na śniegu

Zabawa śnieżkami? Wiem jak bawić się bezpiecznie!

„Śnieżki? Super sprawa. Pamiętaj jednak, żeby kulki lepić tylko ze śniegu. Kawałki lodu i kamienie są zabronione. Nie celuj też w twarz swojego przeciwnika”

Na sankach jeżdżę w bezpiecznym miejscu - z dala od jezdni i samochodów!

„Uwielbiasz zjeżdżać na sankach? To super! Pamiętaj jednak, żeby na trasę zjazdów wybierać miejsca położone z dala od jezdni i samochodów”

Jeżdżę na nartach tylko w odpowiedniej odzieży ochronnej i pod baczym okiem instruktorów!

„Gdy wybierasz się na stok, koniecznie załóż kask ochronny. W nim Twoja głowa jest bezpieczna. Wybieraj też trasy narciarskie, dostosowane do Twoich umiejętności”

Jeżdżę na łyżwach tylko na specjalnie przygotowanych lodowiskach!

„Jazdę na łyżwach trenuj tylko na lodowiskach. Nie wchodź nigdy na zamrożone rzeki czy jeziora. To bardzo niebezpieczne”

Zadanie do wykonania.

W załącznikach są 4 zadania do wykonania. Zadania są dostosowane do wieku uczestników. Prosimy o wykonanie w ramach zajęć minimum jednego z nich. Dodatkowym zadaniem jest tradycyjnie zadanie zamieszczone na prezentacji.