

BEZPIECZNE FERIE ZIMOWE



DRODZY UCZNIOWIE NASZEJ SZKOŁY!

Zbliżają się ferie zimowe. Pomimo pandemii pamiętajcie, że to okres odpoczynku, relaksu i zabawy.



GDY SPRZYJA POGODA SPĘDZAJ CZAS NA DWORZE

Podczas zabawy na dworze możesz:



Ulepić bałwana,

Jeździć na sankach, tzw. „jabłuszku” lub tyżwach,
Zrobić „orła” na śniegu,
Zbudować „igloo”,
Urządzić „bitwę na śnieżki”



PODCZAS WYJŚCIA NA DWÓR PAMIĘTAJ O ZALECENIACH !

Dystans społeczny



Dezynfekcja



Maseczki



#MaskujSię

PODCZAS SPACERU UWAŻAJ NA SPADAJĄCE SOPLE



NA SANKACH I NARTACH

Baw się tylko w bezpiecznych miejscach; place zabaw, boiska, lodowiska.

Nie zjeżdżaj na sankach z pagórków znajdujących się przy drogach, rzekach- nadjeżdżający samochód może nie zdążyć zahamować.

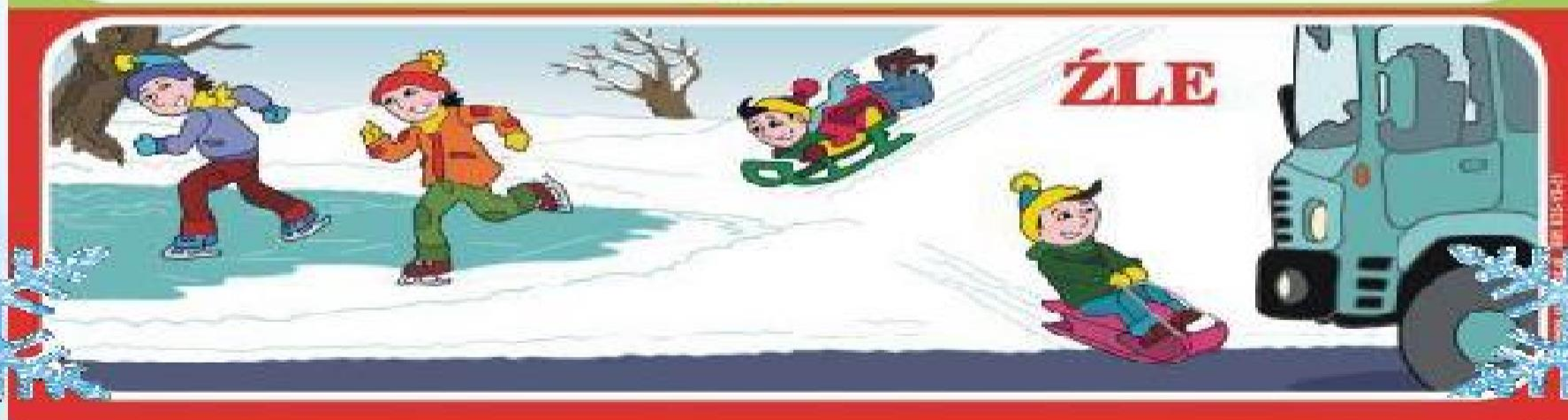
Przed zjazdem sprawdź czy w pobliżu nie ma krzaków, kamieni i nierówności.

Wybieraj takie miejsca, które są z dala od ulic, mostów, torów kolejowych.

W czasie zjeżdżania zachowaj bezpieczną odległość między sankami.

Nie doczepiaj sanek do samochodu.







NA ŁYŻWACH



- * Jazda na łyżwach wzmacnia ręce, nogi i kręgosłup.
- * Podczas jazdy na łyżwach uczymy się koordynacji ruchów i gracji.
- * Na łyżwach jeździmy tylko w wyznaczonych miejscach, nie ślizgamy się po lodzie na rzece lub stawie.





PODCZAS ZABAWY ŚNIEŻKAMI

- * Rzucając się śnieżkami, nie łączymy miękkiego śniegu z kawałkami lodu czy kamyczków.
- * Staramy się nie celować w twarz drugiej osobie, żeby nie uszkodzić komuś oka.
- * Nigdy nie rzucamy śnieżkami w nadjeżdżające samochody - zaskoczony kierowca może stracić równowagę i spowodować wypadek.



PAMIĘTAJ O ZDROWYM ODŻYWIANIU



UBIERAJ SIĘ ODPOWIEDNIO DO TEMPERATURY PANUJĄCEJ NA DWORZE



KODEKS POSTĘPOWANIA W CZASIE ZIMY



Nie zjeżdżaj z góry na ulicę !

Nie wchodź na zamrożnięte jeziora i stawy !

Nie rzucaj śnieżkami w ludzi i w samochody !

Nie ślizgaj się na chodnikach !

Zakładaj kask ochronny na głowę !

Nie chodź w przemoczonym ubraniu!

Nie urządź kuligu za samochodem po ulicach !

Bądź rozważny i odpowiedzialny !



NIE UFAJ OBCYM OSOBOM



Nie bierz od nich proponowanych słodczy



Nie korzystaj z ich zaproszeń na spacer lub do domu

Nie wsiadaj do samochodu osób nieznajomych



ODPOCZNIJ OD KOMPUTERA ZAMIEŃ TEN CZAS NA INNE PRZYJEMNOŚCI

Przeczytaj książkę!



Pograj w planszówki!



Rozwiązuj krzyżówki lub sudoku!

Może zachwycą Cię robótki ręczne!

Zbuduj karmnik dla ptaków i je dokarmiaj!



Namaluj obraz!



JEŻELI JUŻ MUSISZ SERFOWAĆ W SIECI PAMIĘTAJ O BEZPIECZEŃSTWIE



Chroń swoją prywatność! Nie podawaj swoich danych osobowych, takich jak: imię, nazwisko, numer telefonu czy adres domowy.

Zadbaj o swój wizerunek. Jeśli publikujesz w sieci swoje zdjęcia, zadbaj, by widzieli je tylko Twoi znajomi. Nie umieszczaj w sieci zdjęć, które mogą Ci zaszkodzić dziś lub za jakiś czas.

Nie ufaj osobom poznanym w sieci! Nigdy nie można w 100% zaufać komuś poznanemu w sieci. Nie spotykaj się z osobami poznanymi w Internecie. O propozycjach spotkania od internetowych znajomych informuj rodziców.

Mów, jeśli coś jest nie tak! W sytuacji, kiedy ktoś lub coś Cię w Internecie zaniepokoi lub wystraszy, koniecznie opowiedz o tym rodzicom lub innej zaufanej osobie dorosłej.

Szanuj innych w sieci! Pamiętaj, by traktować innych z szacunkiem. Swoje zdanie wyrażaj, nie obrażając nikogo. Nie reaguj agresją na agresję.

Korzystaj z umiarem z Internetu!

Zbyt długie korzystanie z komputera, tabletu czy smartfona może zaszkodzić Twojemu zdrowiu i pogorszyć kontakty ze znajomymi.



**CZAS FERII ZIMOWYCH TO WSPANIAŁA
ZABAWA. KTO BEZPIECZNIE SIĘ BAWI, W
KŁOPOTY NIE WPADA.
ŻYCZYMY BEZPIECZNYCH I WESOŁYCH FERII
ZIMOWYCH!**

