

Bezpieczne zabawy w szkole i na boisku

Zajęcia czytelnicze. Przeczytaj opowiadanie.

SZKOLNE PERYPETIE



W szkole panowała nerwowa atmosfera. Wczoraj podczas przerwy wydarzył się przykry wypadek. Bryk i Skok ganiali się po korytarzu z kolegami z II b. Jeden z chłopaków wpadł z rozpędu na sarenkę Irenę z trzeciej klasy. Ta przewróciła się tak nieszczęśliwie, że zwichnęła nogę. Zrobiła się z tego straszna afera. Żaden z rozrabiaków nie chciał powiedzieć, który z nich potrącił koleżankę, więc pani dyrektor bardzo się rozgniewała. Natychmiast wezwała ich rodziców na rozmowę i każdy z winowajców dostał upomnienie za złe zachowanie w szkole.

Dziś natomiast odbył się apel dotyczący bezpieczeństwa. Wszystkie klasy zebrały się w sali gimnastycznej i ustawiły w wielkim półkolu. Pani dyrektor z bardzo poważną miną wyszła na środek:

– Drodzy uczniowie – zaczęła – w związku z wczorajszym wypadkiem, postanowiłam przypomnieć wam zasady bezpiecznego zachowania się w szkole. To niedopuszczalne, żeby rozbrykane urwisy stanowiły zagrożenie dla innych uczniów. Rodzice, przyprowadzając swoje dzieci do szkoły, oczekują, że wrócą one do domu całe i zdrowe. Wszyscy nauczyciele dbają o wasze bezpieczeństwo, służąc w każdej chwili pomocą i pełniąc dyżury na korytarzach. Niestety, niektórzy z was szybko zapomnieli o regulaminie, jaki was obowiązuje, a na to nie mogę pozwolić.

Na sali było cicho jak makiem zasiał. Niektórzy wbijali wzrok w ziemię, żeby tylko nie napotkać spojrzenia dyrektorki. Widziałem, że najbardziej zakłopotani byli sprawcy całego zamieszania i najwyraźniej obawiali się dalszego ciągu apelu.

– Po spotkaniu z rodzicami zdecydowałam, że uczniom winnym zdarzenia dam jeszcze jedną szansę i nie wyczytam publicznie ich nazwisk. Jednak chcę, abyście wszyscy

wiedzieli, że takie zachowanie nie będzie tolerowane i dla niezdyscyplinowanych łobuzów nie ma miejsca w naszej szkole – powiedziała z naciskiem pani Kosmyrzowa.

Bryk tak skulił się w sobie, że jeszcze chwila i zapadłby się ze wstydu pod ziemię. Skok nerwowo miętosił guzik przy fartuszku i głupawo się uśmiechał.

– Przypominam wam – grzmiała dalej sowa – że przerwa służy przede wszystkim do odpoczynku. Macie wtedy czas na skorzystanie z toalety, zjedzenie śniadania i na pogawędki z kolegami. W żadnym razie nie chcę widzieć biegających po korytarzach uczniów ani głupich i niebezpiecznych zabaw. Na biegi jest czas podczas lekcji gimnastyki.



Miejmy nadzieję, że wasza koleżanka szybko do nas wróci, a wypadek nie spowoduje żadnych trwałych problemów ze zdrowiem. Na koniec proszę, aby klasy, do których chodzą winowajcy, przygotowały jakąś miłą niespodziankę i wyznaczyły delegację, która pójdzie odwiedzić Irenkę. To wszystko na dzisiaj.

Mam nadzieję, że moje słowa mocno zapadną wam w pamięć. Proszę się rozejść do klas – zakończyła przemowę pani dyrektor.

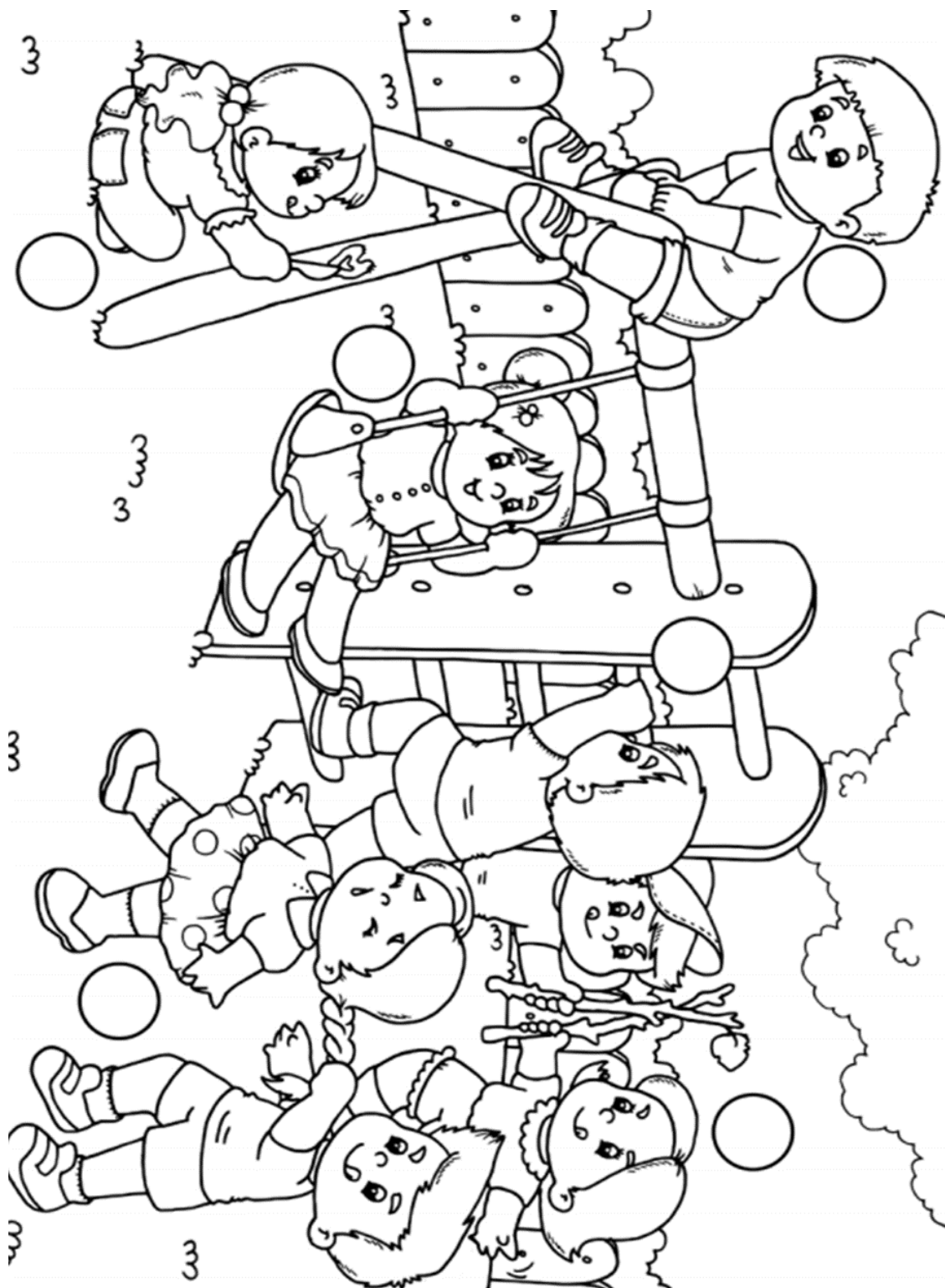
Uff, było gorąco. Muszę przyznać, że chociaż sam niczym nie zawiłem, również czułem się nieswojo. Wołałbym, aby takie sytuacje już się nie zdarzały – to nic przyjemnego. Chyba pogadam z chłopakami i spróbuję przemówić im do rozsądku.



Zadanie logiczne.

Przyjrzyj się obrazkowi i pomyśl, które dzieci nie bawią się bezpiecznie.

Zaznacz je czerwonym krzyżykiem. Pokoloruj obrazek.



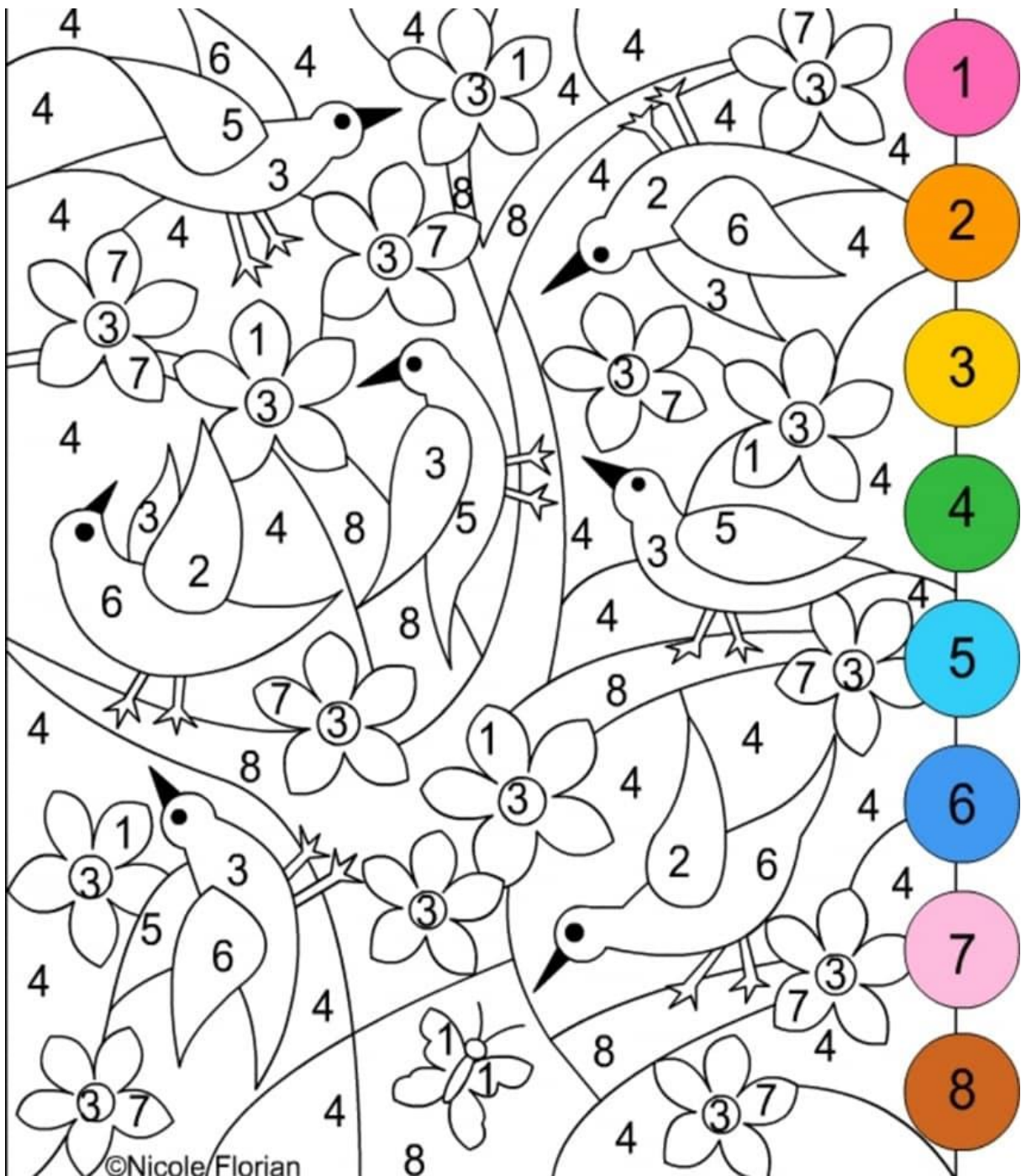
Zadanie plastyczno-techniczne <https://www.youtube.com/watch?v=fa9IBCgu7RI>

Yoga dla dzieci. Instrukcje do wykonania pracy znajdziesz w filmie.



Zadanie umysłowe.

Pokoloruj obrazek według odpowiednich kolorów.



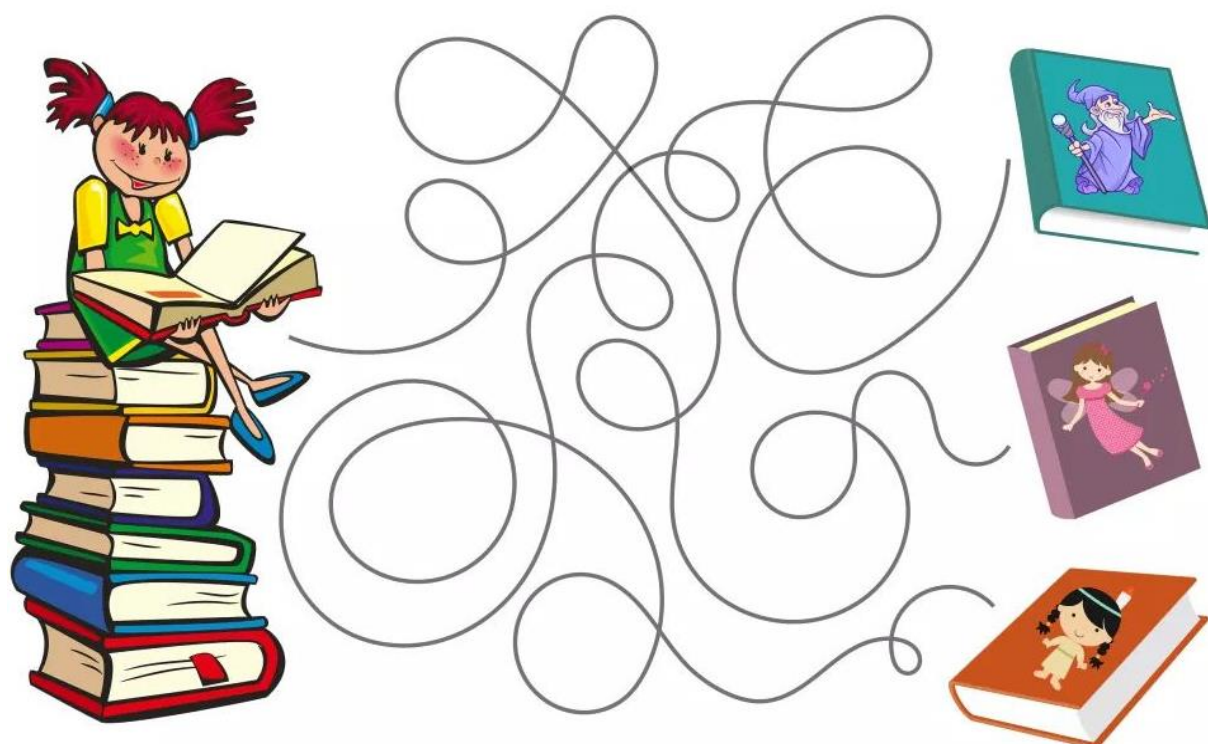
Zadanie ruchowe <https://www.youtube.com/watch?v=WsFaRLRP49w>

Ćwiczenia z równowagi dla dzieci. Poćwicz z koleżanką z filmu.



Rozwiąż labirynt.

Którą książkę planuje przeczytać dziewczynka ? Kto jest na okładce tej książki ?



Zadanie logiczne.

Znajdź 9 różnic między obrazkami.





Przeczytaj!

Przerwa w szkole jest dla Ciebie chwilą odpoczynku i oderwania się od nauki, by zregenerować siły. Zachowując się na przerwie spokojnie, lepiej się zrelaksujesz i łatwiej będziesz przyswajać materiał w czasie lekcji. Na przerwie powinieneś zjeść posiłek (kanapkę, bułeczkę itp.), owoc lub warzywo, wypić sok lub herbatę z termosu. To dobry czas na to, by porozmawiać z koleżankami i kolegami oraz pobawić się w bezpieczne zabawy. Nie możesz biegać po szkolnych korytarzach. Wiesz dlaczego? Pomyśl!

- ! Zjeżdżanie po poręczy jest bardzo niebezpieczną zabawą, która często kończy się różnego rodzaju złamaniami czy uszkodzeniami szczęki.
- ! Niebezpiecznym miejscem są także schody. Lepiej schodzić powoli, trzymając się barierki niż zbiegając, potknąć się i narazić na upadek.
- ! Wymyślając nowe zabawy, bierz pod uwagę bezpieczeństwo swoich kolegów.
- ! Odsuwanie krzesła zanim ktoś na nim usiądzie, popychanie, namawianie do łamania szkolnych reguł – to pomysły, które często kończą się urazami.
- ! W przypadku zepsucia jakiegoś przyrządu czy rozbicia szyby bądź lustra – nie wolno próbować tego naprawić czy posprzątać. Bardzo łatwo skaleczyć się potłuczonym szkłem lub uszkodzonym przedmiotem.
- ! Pamiętaj też o tym, aby nie opuszczać samowolnie budynku szkoły.

Zastanów się i powiedz, w jaki sposób Ty postępujesz.



Odpowiedz TAK lub NIE

*

- * Na przerwę wybiegamy z klasy, nie zwracając na nikogo uwagi.
- * Do szkoły przynosimy zapałki.
- * Mając w ręce nożyczki nie biegamy po klasie, zachowujemy się ostrożnie.
- * Na salę gimnastyczną wchodzimy w butach sportowych.
- * Pożyczamy koleżance swój grzebień lub szczotkę.
- * Po szkolnych korytarzach chodzimy powoli i ostrożnie, nie biegamy.
- * W plecaku nosimy nóż, aby przekroić kanapkę.
- * Chłapiemy się wodą w toalecie szkolnej.
- * Na korytarzu biegamy po schodach i zjeżdżamy po poręczy.
- * Jeśli potrzebujemy pomocy, zwracamy się do nauczyciela.
- * Podczas przerwy możemy wychodzić poza teren szkoły.
- * Każdemu nauczycielowi oraz pracownikowi szkoły mówimy: „Dzień dobry!”.
- * Po schodach schodzimy powoli, trzymając się barierki.
- * Sprzątamy po sobie bałagan.



Zajęcia muzyczne <https://youtu.be/ilywzLXZbOc>

Wysłuchaj piosenki „Pan policjant”. Powiedz, jakie zasady obowiązują podczas przechodzenia przez ulicę?



Zajęcia sportowe <https://youtu.be/Tc82wV1jV-4>

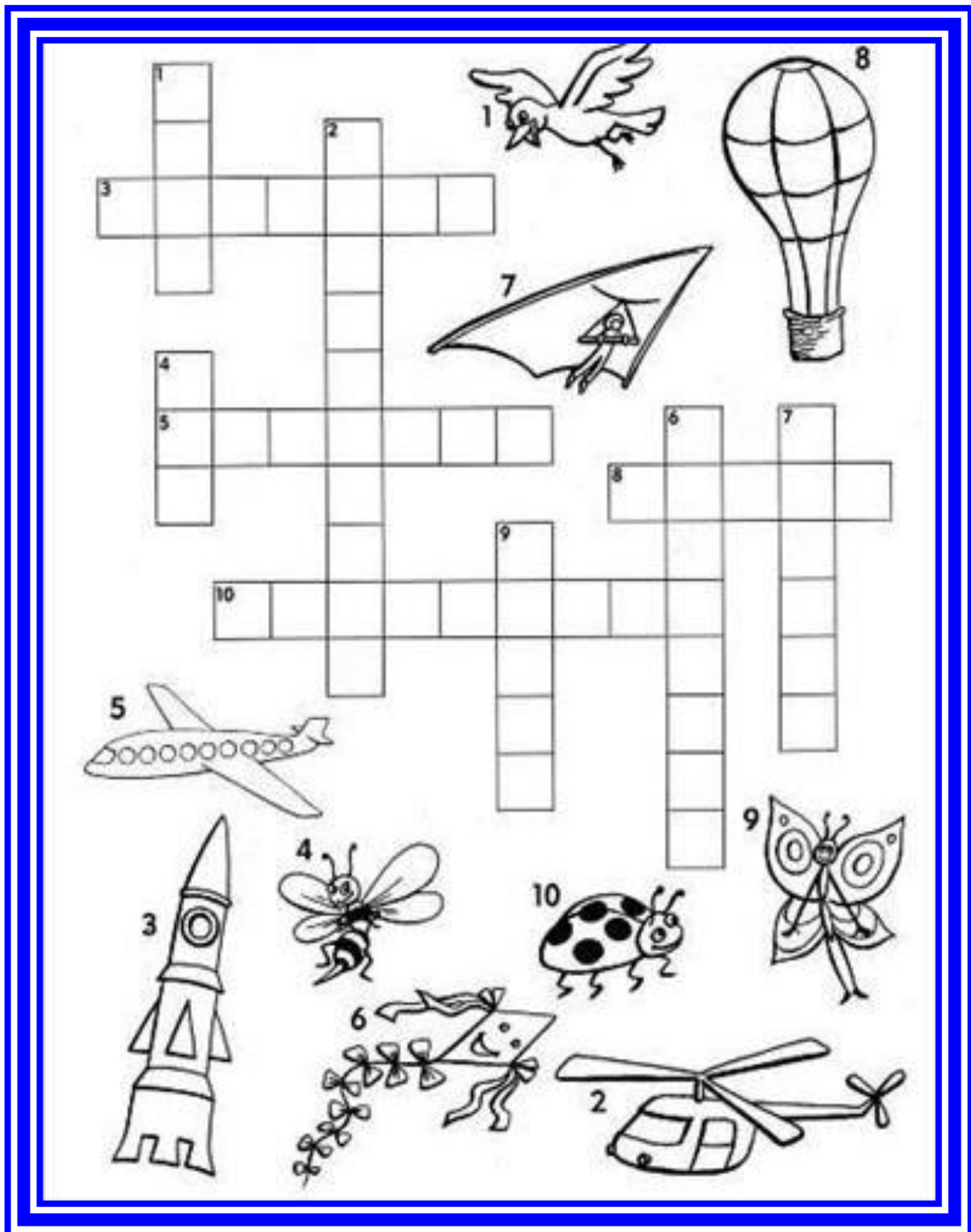
Pora na gimnastykę z Lulisią. Przygotuj sobie coś do picia. Najlepiej wodę niegazowaną w butelce. Jeśli poczujesz się zmęczony, koniecznie zrób sobie przerwę w ćwiczeniach!!!
Zaczynamy...



Łamigłówka matematyczna.

CO LATA?

Rozwiąż krzyżówkę. Pokoloruj obrazki. Policz, ile liter „T” wpisałeś do krzyżówki.
Sprawdź obliczając działanie: $3 + 5 - 2 + 1 =$



Zagadki bajkowe. Obejrzyj film pt. ” Czyje to nogi?” <https://youtu.be/HAgjHZUrrU0>

Masz ochotę na zabawę w rozpoznawanie postaci z filmów animowanych i kreskówek tylko po wyglądzie ich nóg? Zapraszam do zabawy! Liczy się każda sekunda!

Ile zadań wykonałeś bezbłędnie?





Bezpieczne zabawy w szkole i na boisku



Zapoznaj się z zasadami bezpiecznej zabawy w szkole i zapamiętaj:

- ◆ Nie biegaj po korytarzu, w salach lekcyjnych, na świetlicy, w szatni, ani na stołówce, uważaj na innych, nie przepychaj się.
- ◆ Ze schodów schodź powoli.
- ◆ Nie rzucaj przyborami szkolnymi.
- ◆ Nie otwieraj okien, nie wychylaj się przez nie.
- ◆ Nie huśtaj się na krzeselku.
- ◆ Nie chodź z rozwiązanymi sznurowadłami.
- ◆ Gdy widzisz, że koledze coś się stało, natychmiast zawiadom o tym nauczyciela.
- ◆ Nie rzucaj śmieci na podłogę.
- ◆ Dbaj o porządek wokół siebie – każde miejsce, w którym jesteś, zostaw uporządkowane.

Oceń, które zachowanie jest dobre, a które złe.

	DOBRE ZACHOWANIE	ZŁE ZACHOWANIE
Rzucanie czymś w kolegę		
Mówienie przepraszam		
Podstawianie komuś nogi		
Chowanie cudzych rzeczy		
Spokojne poruszanie się po korytarzu		
Popychanie kolegi		
Pytanie o pozwolenie pożyczenia rzeczy		



Zajęcia techniczne <https://www.youtube.com/watch?v=v99P0guoO6M>

Wykonaj gniotka z balonu. Instrukcję wykonania znajdziesz w linku.



Wykreślanka.

Znajdź 7 słów związanych ze szkołą i otocz je pętlą.

N	K	O	R	Y	T	A	R	Z	L
A	P	E	W	H	M	P	F	I	Ś
U	B	T	C	L	J	A	O	S	W
C	O	A	R	S	A	B	E	G	I
Z	I	S	Z	A	T	N	I	A	E
Y	S	W	Y	B	T	U	N	O	T
C	K	S	A	L	A	C	I	W	L
I	O	T	H	G	I	Z	S	A	I
E	E	S	M	A	F	E	T	L	C
L	D	E	N	J	U	Ń	O	D	A

Łamigłówki i ciekawostki.

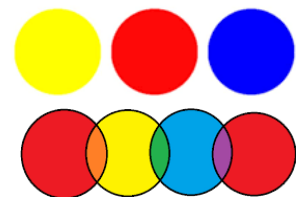
- ◆ Znajdź 5 różnic między obrazkami.



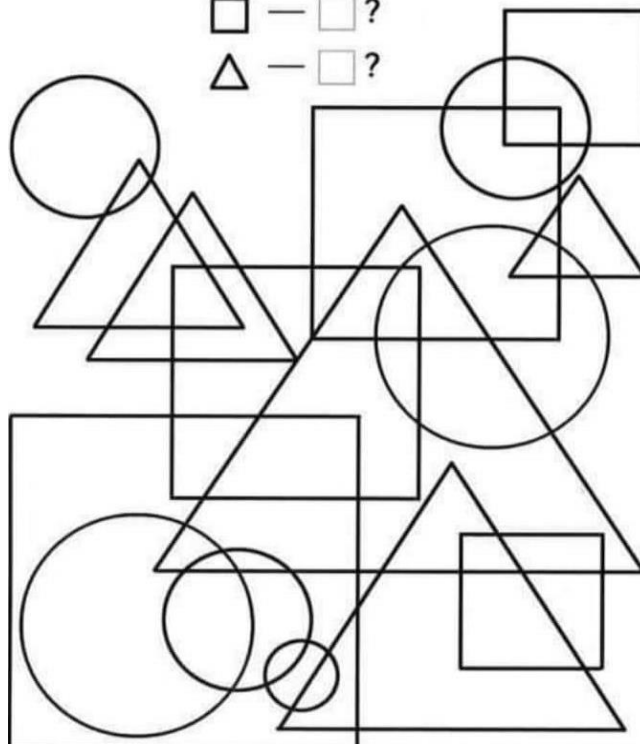
- ◆ Policz koła, trójkąty, kwadraty.
- ◆ Wpisz wyniki w kratkach przy znakach zapytania.
- ◆ Pokoloruj barwami podstawowymi koła na żółto, trójkąty na czerwono, kwadraty na niebiesko.
- ◆ Po zmieszaniu barw podstawowych powstaną barwy pochodne.
- ◆ Ze zmieszania farby czerwonej z żółtą uzyskamy barwę pomarańczową, z połączenia farby czerwonej z niebieską - fioletową, a niebieskiej z żółtą - zieloną.

Barwy podstawowe

żółty, czerwony, niebieski





○ — □ ?
 □ — □ ?
 △ — □ ?





Zagadki ruchowe.



Wytnij karty. Wybierz tyle zagadek ile jesteś w stanie zapamiętać i wykonać. Przećwicz je najpierw razem z rodzicem. Następnie jedna osoba losuje zagadkę, przypomina sobie ćwiczenie i wykonuje je. Druga osoba zgaduje.

	<p>Unieś ręce wysoko nad głowę. Poruszaj nimi z lewej strony na prawą, naśladując szum wiatru.</p>
wiatr	

	<p>Twoja głowa to słońce, ręce to promienie. Unos ugięte ręce do góry i na boki prostując je w łokciach.</p>
promienie słońca	



	<p>Twoje ręce to kwiat. Zaciśnij pięści, ugnij ręce w łokciach i złóż je na wysokości klatki piersiowej. Unos do góry, powoli otwierając pięści jak płatki kwiatu.</p>
rosnący kwiat	

	<p>Twoje ręce to rzeka. Ustaw je przed sobą w niewielkiej odległości. Naśladuj ruchem rąk zawijasy rzeki.</p>
rzeka	<p>Ułożenie dłoni stroną boczną (mały palec) ku dółowi</p> 

	<p>Naśladuj na zmianę rękami ruch morskich fal.</p>
fale	<p>Ułożenie dłoni stroną wewnętrzną ku dółowi</p> 

	<p>Naśladuj ręką pełzanie węża. Pamiętaj o poruszaniu nadgarstkiem.</p>
wąż	<p>Ułożenie dłoni stroną boczną (mały palec) ku dółowi</p> 

	<p>Złącz dłonie (małe palce skierowane w dół). Naśladuj pływanie ryby, poruszając nadgarstkami.</p>
ryba	

	<p>Twoja dłoń to śmigło helikoptera. Unieś ją nad głowę i zataczaj jak największe koła. Zmień rękę.</p>
helikopter	



Bezpieczne zabawy w szkole i na boisku

Przeczytaj i zapamiętaj.

Zachowanie ucznia w szkole.

W czasie lekcji i innych zajęć szkolnych uczeń:

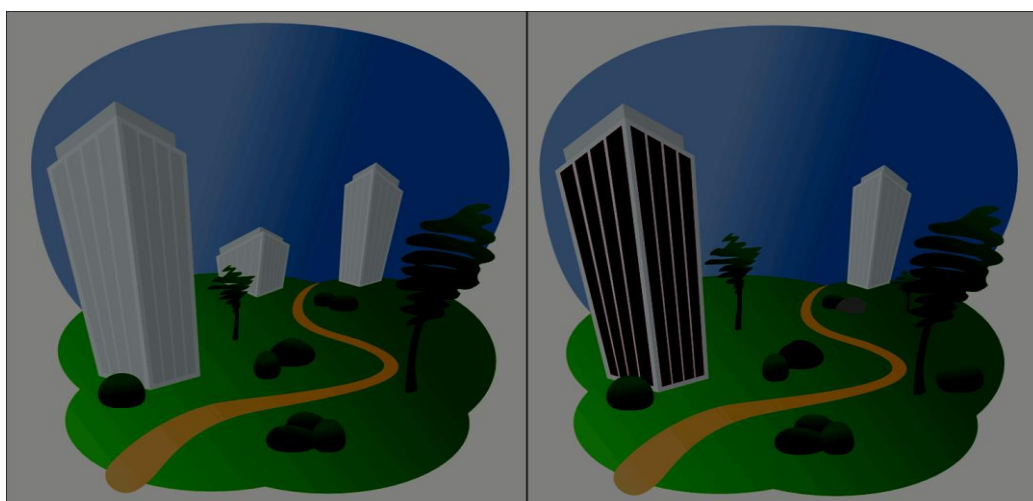
- 1) uważa, wykonuje polecenia nauczyciela i nie rozmawia,
- 2) bierze aktywny udział w lekcji,
- 3) przez podniesienie ręki sygnalizuje chęć odpowiadania lub zapytania,
- 4) nie przerywa, gdy mówi ktoś inny,
- 5) do łazienki wychodzi tylko wtedy, kiedy to jest naprawdę konieczne (potrzebę wyjścia zgłasza nauczycielowi),
- 6) jeżeli źle się czuje, zgłasza to nauczycielowi,
- 7) nie je, nie pije napojów i nie żuje gumy podczas zajęć,
- 8) pamięta o tym, że lekcję zawsze kończy nauczyciel (nie pakuje się i nie wychodzi z klasy bez wyraźnego sygnału z jego strony).



Ćwiczenie spostrzegawczości. Znajdź różnice.

Krajobraz jak wiemy zmienia się codziennie. Wystarczy porównać swoje własne zdjęcia zrobione jakiś czas temu z tym co zobaczymy dzisiaj w tym samym miejscu. Zapewne zauważymy, że drzewa urosły, albo je ktoś wyciął a może pojawiły się zupełnie nowe, budynki albo poszarzały albo je ktoś odnowił np. pomalował.

Czy zdjęcia różnią się między sobą? Jeśli tak to ile tych różnic jest?



Czytanie ze zrozumieniem.

Opowiadanie pt.: „Miś i światła sygnalizatora”.

Pewnego razu mama zawołała misia.

- Pójdiesz do sklepu synku. Kiedy wyjdiesz z domu poszukaj przejścia dla pieszych. Gdy się zbliżysz się to najpierw spójrz w lewo, potem w prawo i jeśli nic nie jedzie możesz przejść na drugą stronę. Jeśli będzie sygnalizator świetlny to pamiętaj, że wolno ci przejść tylko na zielonym świetle. Czy pamiętasz misiiu?

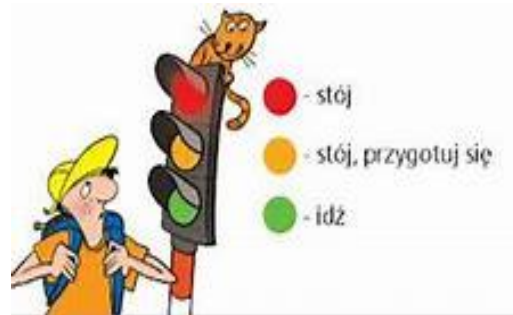
- Tak mamu, pamiętam...

Miś zapomniał o tym, co mówiła mama. Wbiegł wprost na jezdnię. Zobaczył to policjant, złapał misia za kołnierz i przeprowadził na drugą stronę. Niestety w drodze powrotnej ze sklepu miś zrobił to samo, nie patrzył na światła i wbiegł na zebra przy czerwonym świetle. Pobiegł do niego policjant i pokazał misiowi czerwone światło. Miś się zawstydził i przeprosił. Ponadto obiecał, że będzie przez drogę przechodził tylko po pasach i przy zielonym świetle.



Rozmowa z dziećmi na temat opowiadania.

- Kogo zawołała mama?
- O czym mama przypomniała misiowi przez wyjściem?
- Jak zachował się miś?
- Kto zobaczył misia?
- Co obiecał miś policjantowi?
- Gdzie można przechodzić przez jezdnię?
- Jak należy prawidłowo przechodzić przez drogę?



Zajęcia ruchowo-sprawnościowe.

Pajęczy tor przeszkód.

Bardzo atrakcyjna zabawa ruchowa w pajęczy tor przeszkód z możliwością wplecenia elementów edukacyjnych.

Do zabawy w pajęcze sieci potrzebujemy kilku stołeczków, krzesełek i dużo sznurka lub gumy ciętej z metra. Pomiedzy stołkami tworzymy w dowolny sposób pajęczą sieć około 30 cm od ziemi. Następnie rozsypujemy po sali kolorowe piłeczki, klocki, nakrętki lub patyczki.

Dzieci podczas zabawy uczą się koordynacji ruchowej, równowagi i cierpliwości. Dla energicznych i żywiołowych dzieci szybkie pozбиieranie piłeczek rozsypanych pośród licznych linek w pajęczym torze przeszkód jest dużym wyzwaniem... Piłeczki można zastąpić kolorowymi patyczkami, nakrętkami od butelek lub wydrukowanymi sylabami, cyferkami...

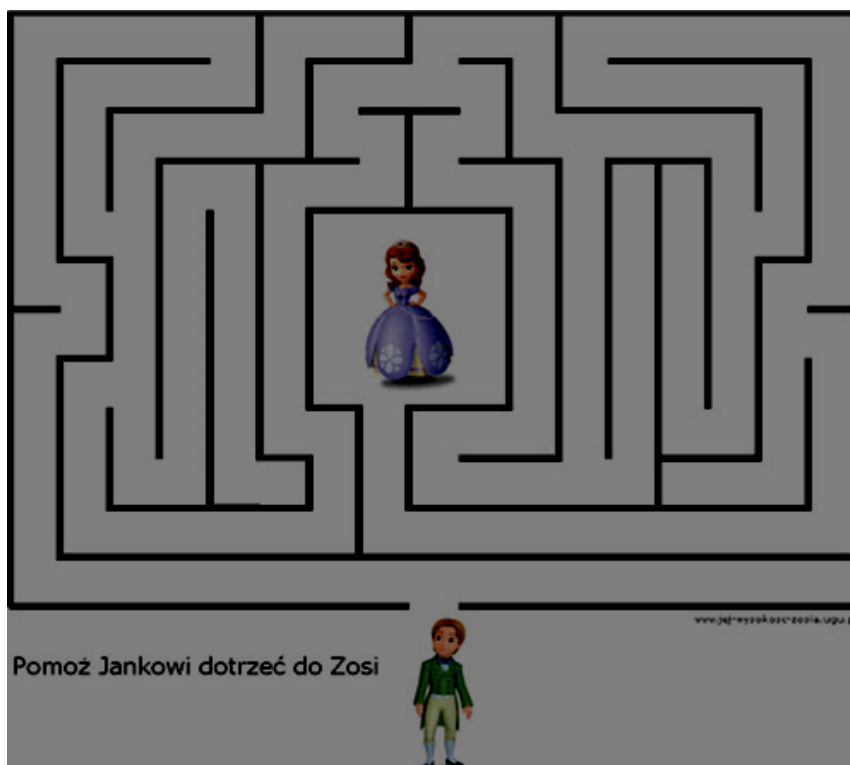
Dzieci chodzą po torze przeszkód w rytm muzyki, a w momencie gdy muzyka cichnie wydajemy polecenie np.:

- zbieramy żółte piłeczki...
- szukamy cyferki 1...
- szukamy sylab PE i PO...
- zbieramy niebieskie nakrętki...



Ćwicz umysł.

Labirynt. Jej wysokość Zosia.



Znajdź 10 różnic.

