Dzień dobry, witam Was serdecznie. Przed nami wakacje i zakończenie roku szkolnego

**Temat: Ostatni raz z moją klasą. Wakacyjne przestrogi**

**To był dla nas rok bardzo wyjątkowy. Ważny i bardzo trudny dla nas wszystkich, w którym musieliśmy zmierzyć się z Koronawirusem, zdalnym nauczaniem, egzaminem ósmoklasisty. Rok, w którym kończycie ósmą klasę. Opuszczacie mury szkoły.**

Jest taka piosenka, którą lubicie. Proszę abyście odsłuchali na youtube. Skopiuj poniższy link

[**https://www.youtube.com/watch?v=b2chL9X-VYY**](https://www.youtube.com/watch?v=b2chL9X-VYY)

Dziękuję Wam za wspólny rok nauki, wspólnych spotkań. Życzę Wam wspaniałych i szczęśliwych chwil życiu.

Małgorzata Cyboroń

Przed nami wakacje. To przede wszystkim czas zabawy i odpoczynku. Każdy z nas ma swój pomysł i sposób na spędzenie wolnego czasu. Ważne jednak, by w każdym miejscu pamiętać o bezpieczeństwie i zachowaniu odpowiedniej ostrożności.

**NAD MORZEM**

Morze to potężny żywioł, z którym trzeba się liczyć. Pamiętajmy zatem o kilku istotnych regułach:

* Kąpmy się tylko w miejscach dozwolonych i pod opieką dorosłych. Jeśli miejsca strzeże ratownik – zawsze stosujmy się do jego poleceń.
* Miejsce na kąpiel musi być bezpieczne. Dlatego nie wolno się kąpać przy śluzach, mostach, budowlach wodnych, portach, zaporach, a także w brudnej wodzie i tam, gdzie są silne wiry i prądy.
* Nigdy nie kąpmy się w rwących rzekach, bo wystarczy poślizgnąć się na kamieniu, żeby porwał nas nurt. Idąc na plażę, nie zapominajmy o kremie z filtrem UV. Ciało nasmarujmy już około 20–30 minut przed wyjściem na słońce, czynność tę powtarzając co 2–3 godziny i po każdym wyjściu z wody.
* Chcąc uchronić się przed udarem, między godziną 11 a 16 ukryjmy się w cieniu.
* Nie zapominajmy o okularach przeciwsłonecznych i lekkim nakryciu głowy.
* Pamiętajmy, by zabrać ze sobą wodę oraz coś do jedzenia.
* Nie wchodźmy do morza podczas burzy, deszczu lub mgły.
* Jeśli długo przebywaliśmy na słońcu – poczekajmy chwilę w cieniu, zanim wejdziemy do wody. Pozwoli nam to uniknąć szoku termicznego.
* Nie pływajmy w pobliżu wodorostów. Zwracajmy uwagę na dno i ukształtowanie zbiornika.
* Pływajmy wyłącznie w obszarze wyznaczonym przez boje.
* Skoki do wody wydają się świetną rozrywką, ale przy odrobinie pecha mogą skończyć się trwałym kalectwem.
* Wybierając się na kajaki, łódki czy rowery wodne, zawsze zakładajmy kapok. Pamiętajmy też, aby nie pływać wieczorem i po zmroku. To niebezpieczne i łatwo zgubić się na wodzie.

**W GÓRACH**

Jednym z największych zagrożeń w górach jest zmieniająca się w szybkim tempie pogoda. Przed każdą górską wycieczką dowiedzmy się, jakie są przewidywane warunki atmosferyczne!

* **Zawsze pamiętajmy o naładowanej komórce z numerem GOPR – 601 100 300**.
* Najlepiej wyruszajmy już wczesnym rankiem.
* Zaplanujmy trasę, uwzględniając swoje umiejętności, pogodę oraz godzinę zachodu słońca.

**SPACER DO LASU LUB NA ŁĄKĘ**

Wchodząc do lasu, poruszajmy się po wydeptanych ścieżkach. Każde miejsce wygląda podobnie, więc łatwo się zgubić, chodząc na przełaj. Jeśli dostrzeżemy dzikie zwierzę, nie zbliżajmy się do niego. Jeśli to ono idzie w naszym kierunku, zatrzymajmy się i poczekajmy lub zróbmy powoli kilka kroków do tyłu. Nie rzucajmy się do ucieczki (zwierzę może ruszyć w pościg), nie patrzmy zwierzęciu w oczy ani nie pokazujmy mu zębów (odczyta to jako przejaw agresji).

* Nie dokarmiajmy dzikich zwierząt! To dla nich niezdrowe.
* Stosujmy preparaty przeciw komarom, kleszczom, szerszeniom oraz osom.
* Nie rozpalajmy ognisk w lesie i jego pobliżu.
* Jeśli zauważymy pożar – dzwońmy po straż pożarną. Nie podchodźmy do ognia.