

## T: Ćwiczymy postępowanie przy częstych wypadkach, omdleniu, złamaniu, krwotoku itp.- bezpieczne wakacje.

1. Wysyłam Wam filmy instruktażowe z postępowania podczas często zdarzających się wypadków. Obejrzyjcie je by poznać pierwszą pomoc.



<https://www.youtube.com/watch?v=N7i9JqZppLg> bandażowanie

<https://www.youtube.com/watch?v=DOBSWriGbi4> film urazy głowy

<https://epodreczniki.pl/a/resuscytacja-krazeniowo-oddechowa-doroslych/DjkvZeTUo> RKO

<https://epodreczniki.pl/a/oparzenia-termiczne-i-chemiczne/Djhc4D90a> oparzenie termiczne, chemiczne

<https://epodreczniki.pl/a/udzielanie-pomocy-przy-zlamaniach-zwichnieciach-i-skreceniach-konczyn/DNMSQbbUj> złamania, zwichnięcia

<https://epodreczniki.pl/a/przytomny---nieprzytomny/D13Tq0MZG> przytomny, nieprzytomny

<https://epodreczniki.pl/a/resuscytacja-krazeniowo-oddechowa-dzieci/DYKDNmARA> RKO u dzieci

<https://epodreczniki.pl/a/zagrozenia-w-domu-i-szkole/DOy82I77r> wypadek w domu i w szkole

<https://epodreczniki.pl/a/podstawy-zachowania-wobec-osob-chorych-na-padaczke-i-z-bolem-w-klatce-piersiowej/D14dEHFK1> zawał, epilepsja i inne

<https://epodreczniki.pl/a/pierwsza-pomoc-w-przypadku-zatrucia/DeTB3MI6U> zatrucia

2. Ze względu na zbliżające się wakacje należy pamiętać o bezpieczeństwie. Postępować z rozwagą. Szczególnie musicie uważać podczas zabaw z piłką na boisku, czy na polanie przy drodze. Nie biec

nierozważnie za piłką na drogę, uważać jeżdżąc po jezdni rowerem. Uważać na zwierzyne. Szczególna ostrożność należ zachować nad woda i w górach.

Poniżej zamieszczone linki przedstawiające filmy o bezpieczeństwie. Warto je przed wakacjami obejrzeć i dostosować się, bo życie i zdrowie mamy tylko jedno.

<https://www.youtube.com/watch?v=JcZXcyJr0Wg> filmy bezpiecznie nad wodą

<https://www.youtube.com/watch?v=K-6T693WQKY> film bezpieczne wakacje

<https://www.youtube.com/watch?v=JcZXcyJr0Wg> bezpiecznie w górach

<https://www.youtube.com/watch?v=iulS7m0G880> bezpiecznie na rowerze

<https://learningapps.org/5254590> bezpiecznie w ruchu ulicznym

<https://learningapps.org/6088700> memory alarmowe- wzywanie I pomocy

**WESOŁYCH I PRZYJEMNYCH WAKACJI!**