

🌀 Vážení rodiče

Podobně jako v minulém školním roce vám předkládáme **Pracovní sešit Projektu prevence úrazů tentokrát pro 7. ročník.**

➡ Uvědomujeme si, že každý rok přijdou následkem úrazu o život stovky dětí a přibudou tisíce trvale postižených. Víme také, že úrazy jsou zbytečné a dá se jim ve velké většině případů zabránit a že učitelé, vychovatelé a rodiče mohou děti naučit, jak si zdraví chránit. Aby byla prevence účinná, musí děti nejprve vědět, že úrazy existují, a že některé věci a činnosti mohou být pro ně nebezpečné. Dále se musí naučit poznat rizikovou situaci a vědět, co dělat, aby se úraz nestal.

➡ Naším cílem je zařadit protiúrazovou problematiku do práce školy tak, aby se postupně stala nedílnou součástí vzdělávacího programu.

➡ Jsou dvě cesty, jak chránit děti před úrazy. Jednou z nich je vytvořit kolem dítěte dostatečně bezpečné prostředí, pomocí druhé dítěte naučíme rozpoznávat nebezpečné situace a předměty, naučíme ho chovat se tak, aby k úrazu vůbec nedošlo a umožníme mu používat ochranné pomůcky. My jsme zvolili kombinaci obou.

➡ Jsme si vědomi, že při současné vysoké náročnosti školního vzdělání je nutné, aby jednotlivá témata tohoto preventivního programu /ochrana zdraví a bezpečí, protiúrazová prevence, sociálně patologické jevy a další/ byla zařazena do co největšího množství výukových a výchovných aktivit, ale tak, aby byly současně zachovány tematické a časové plány jednotlivých předmětů.

🌀 MÍSTO PRO VAŠE DOTAZY A PŘIPOMÍNKY:



🌀 Podpis rodičů:.....

ÚRAZU LZE PŘEDEJÍT

PRACOVNÍ SEŠIT PROJEKTU PREVENCE ÚRAZŮ

7. ROČNÍK

ŽLUTÁ CESTA

.....
Jméno

.....
Třída

Zpracovala Mgr. Hana Ginterová

🌀 **Ahoj šestáci, jestlipak víte.....**

Ne, nemusíte se děsit, ani se cítit uraženi. My víme, že už nejste žádní šestáci. Jen chceme připomenout, že tak začínal pracovní sešit, který vás provázel v minulém školním roce. Možná by nebylo vůbec na škodu, kdybyste si v této chvíli prolisovali stránky pracovního sešitu pro 6. ročník a připomněli si, co všechno už máte za sebou.....

🌀 Tak znovu.... **Milí sedmáci**

Doufáme, že jste si vzali k srdci naše poslední řádky a že vám taky tak trošku přálo štěstí a všichni se po prázdninách shledáváme celí a zdraví. Ano? Tak to gratulujeme, to je totiž cílem celého našeho snažení. Ne tak docela? Tak to je ta správná příležitost si o tom popovídat s ostatními.

- ➔ Jako vodičko vám poslouží pracovní list číslo 8, který vám rozdá vyučující. Jmenuje se **PROČ MĚ BAVÍ SVĚT** a pomůže vám uvědomit si, jak velmi cenné je lidské zdraví a jak často si ho nevážíme.
- ➔ Do tabulky si můžeš napsat pořadí svých zájmů, se kterým budeš pracovat

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

- ➔ Druh úrazu, který sis vybral/-la



závěr – závěr – závěr – závěr – závěr – závěr - závěr

🌀 Tak to bychom měli 🌀

Ani jsme se nenadáli a opět je tady konec školního roku a vy si lepíte do složky další v pořadí už druhé osvědčení.

BLAHOPŘEJEME



🌀 Jako již tradičně by k tomuto okamžiku mělo patřit malé předprázdninové zamyšlení. Tak jen s chutí do toho: 🌀

➔ **Po prázdninách se budu vracet do školy jako**

.....

a budu tak patřit k těm skoro nejstarším žákům ve školní budově. Pro mladší děti budu sloužit jako.....

➔ **Jsem si vědom/-ma, že mohu ostatní děti..... nebo jim naopak mohu svým nesprávným chování**

➔ **Vím, že může změnit můj život navždycky a proto si uvědomuji, že je mojí**

.....

udělat všechno pro to, aby se

➔ **Za všech okolností se budu se snažit chránit své**

.....

a pokud uvidím, že kdokoli potřebuje moji či radu, ochotně mu ji

PROŽIJTE KRÁSNÉ, SVOBODNÉ, AKTIVNÍ PRÁZDNINY A V ZÁŘÍ BEZPEČNĚ NASHLEDANOU V BEZPEČNÉ ŠKOLE.



projekt – projekt – projekt – projekt - projekt

ZAMYSLI SE NAD NÁSLEDUJÍCÍMI VĚTAMI A DOPLŇ JE:
Častou příčinou může být i násilí. Jakýmkoli druhem porušujeme základní lidská práva. Násilí nemusí být jen fyzické, ale i, jehož následky jsou mnohdy ještě bolestnější. Každý svobodný člověk násilí a sám se řídí zásadou: „ Co sám....., nečiň!!!!“

Ve všech médiích /televizi, rozhlase, novinách, časopisech/ se setkáváme s projevy násilí a porušování lidských práv až příliš často. Zkusme tyto informace smysluplně využít a přetvořit formou antireklamního plakátu na něco pozitivního a poučného.



COSI PŘIPRAVIT:

- ➔ nasbírejte co nejvíce materiálu z tisku /obrázky, články, hesla.../ , které se jakkoli dotýkají tématu porušování lidských práv
- ➔ pracujte také s internetem nebo s vlastními zážitky

JAK POSTUPOVAT:

- ➔ ke zpracování poutače můžete jednoduše použít velký výkres
- ➔ daleko originálnější ale budete s různými trojrozměrnými podklady /krabice, pet láhve, stojící poutače typu „A“..../
- ➔ připravte si barevný podklad a na něho umístěte své nasbírané materiály
- ➔ rozhodující je samozřejmě vztah k danému tématu, ale iniciativě a originalitě se meze nekladou / ba právě naopak /
- ➔ tak hodně skvělých nápadů a samé dobré známky

🌀 **SVÉ VÝTVORY NEZAPOMEŇTE VYSTAVIT VE SPOLEČNÝCH PROSTORÁCH ŠKOLY, ABY SE POUČILI I OSTATNÍ.** 🌀

pracovní listy – pracovní listy – pracovní listy

NÁVRHY ČINNOSTÍ PRO VÝCHOVU KE ZDRAVÍ:

🌀 TÉMA PÉČE O ZDRAVÍ – REŽIM DNE

Pracovní list č. 11 „O víkendu“

- ➔ zkuste se zamyslet nad tím, jak mnoho by vám úraz změnil vaše plány na víkend
- ➔ najděte příčiny jednotlivých úrazů



🌀 2. TÉMA ZDRAVÁ VÝŽIVA

Pracovní list č. 6. „Detektiv Hruška zasahuje“

- ➔ zahrajte si na detektivy a zjistěte, co se stalo
- ➔ Miniprojekt „Nejčastější otravy dětí a mládeže“
- ➔ zpracujte varovné plakátky nebo vlastní příručky

🌀 3. TÉMA ROZVOJ OSOBNOSTI

Pracovní list č. 3. „Rozhodnutí je na tobě“

- ➔ poznáš rozdíl mezi zodpovědným a nezodpovědným jednáním?

Pracovní list č. 4. „Pravda nebo lež?“

- ➔ zamysli se nad pravdivostí daných tvrzení



🌀 4. TÉMA POHYBOVÉ AKTIVITY A ZDRAVÍ

Pracovní listy č. 1 „Kvidova sázka“

č. 2 „Jarní výlet“

č. 5 „Komiks“

- ➔ najdeš podobnost mezi těmito příběhy a tvým vlastním jednáním?
- ➔ hledej příčiny a zamysli se nad následky

Pozn. Při práci s pracovními listy pište všechny údaje do sešitu, listy slouží i jiným

V CIZÍCH BOTÁCH

- ➔ **Jedno staré čínské přísloví říká, že druhého člověka poznáš až teprve tehdy, když zkusíš chodit v jeho botách.....**

Společně se svými spolužáky si alespoň pomyslně zkusíme cizí boty lidí, kteří žijí mezi námi, ale přesto se často už na první pohled něčím odlišují. Budeme mluvit o

LIDECH S HANDICAPEM / čti hendikepem /

- ➔ Nejprve si přečtete ukázkou ze známé knihy Alana Marshalla „Už zase skáču přes kaluže“,
- ➔ Zamyslete se nad ukázkou a zhodnoťte svoje postoje v následujících **otázkách**:
- ☉ Jak se asi žije tělesně postiženým mezi námi zdravými?

- ☉ Jak se ty cítíš v jejich společnosti?



- ☉ Umíš se k nim správně chovat?

- ☉ Dokázal bys takovému člověku taktně nabídnout pomoc?

- ☉ Už jsi to někdy zkusil? Jak?

- ☉ Co můžeme udělat a jak se máme chovat, aby se tito lidé cítili lépe?


- ☉ Jak máme zacházet se svým zdravím, abychom se nedobrovolně nepřidali do jejich řad?

- ➔ Víš, co znamená slovo anketa? Při její realizaci si můžeš zahrát na novináře nebo na zábavný pořad Nikdo není dokonalý. Budeš se totiž ptát dětí ve škole / na prvním i druhém stupni / na otázku:

JAKÉ BYLO TVOJE NEJVĚŠÍ „ŠTĚSTÍ“ ?

Popiš situaci, kdy jsi byl velice blízko úrazu, ale v poslední chvíli ti přálo štěstí (tvoje pohotovost, důvtipnost, znalosti, pomoc kamaráda, rodičů.....)
Nezapomeň ani na sebe.

Odpovědi doplň do tabulky i s podpisem.

Jméno: Třída: Podpis: Popis situace:	Jméno: Třída: Podpis: Popis situace:
Jméno: Třída: Podpis: Popis situace:	Jméno: Třída: Podpis:  Popis situace:

- ➔ Kdo nasbírá nejvíce odpovědí ve třídě /přidejte si další papír/, **vyhraje žolíka.**

hra – hra – hra – hra – hra –hra –hra – hra - hra

→ VÍŠ TOHO DOST, TAK SE POKUS PŘEDAT SVÉ VĚDOMOSTI MLADŠÍM KAMARÁDŮM →

Hraješ rád deskové hry? Menší děti určitě ano.

Ve skupinách se pokuste vyrobit herní plán pro jednoduchou deskovou hru, která by mohla sloužit nejen k pobavení, ale hlavně k poučení.



→ CO BUDETE POTŘEBOVAT?

- ☉ dva výkresy A3, reklamní letáky, obrázky
- ☉ lepicí pásku /nejlépe barevnou/
- ☉ nůžky, fixy, pastelky, lepidlo

→ JAK NA TO:

Ve skupinkách si rozdělte úkoly

☉ **a/ část z vás bude vymýšlet alespoň 10 otázek s odpovědi ano/ne zaměřených na jednu z těchto oblastí:**

1. Chováš se ve škole bezpečně?
2. Jaké nebezpečí číhá na ulici?
3. Jsi dobrý cyklista a chodec?
4. Chováš se bezpečně při sportu?
5. Jaké nebezpečí číhá doma? atd.

☉ **b/ druhá část vyrobí herní plán** /oblepí okraje spojených výkresů lepicí páskou tak, aby držely při sobě; přehne na polovinu a hřbet zajistí lepicí páskou /

☉ **c/ společně si zvolíte typ hry, kterou budete vyrábět** vzpomeňte si na podobné hry, které máte doma / typ žížalky, žebříky apod. /

→ TYPY:

- ☉ nezapomeňte, že otázky se vám musí vejít na přední stranu
- ☉ pokud je potřeba dodat správné odpovědi, vložte je do obálky přilepené k zadní straně
- ☉ hru si zkuste zahrát, abyste se přesvědčili, že je skutečně funkční
- ☉ myslete na to, že hra je určena pro menší děti

tolerance – pochopení – pomoc - úcta

→ Nyní pracujte ve dvojicích →

1. Připravte si dva výkresy A4 /pište jen po jedné straně, aby se vaše práce mohly vystavit na nástěnce /
2. Na jednom kartonu zpracujte charakteristiku tělesně postižené osoby, kterou
 - ☉ **a/** si sami vymyslíte a sami nakreslíte
 - ☉ **b/** si vyberete na internetových stránkách i s fotografií a informacemi
 - ☉ **c/** si najdete na obrázku v časopise a vymyslíte k ní její příběh
3. Charakteristika /může být ve větách nebo v heslech / bude obsahovat tyto údaje:

Jméno a příjmení:

Věk:

Rodina:

Povolání, škola:

Druh postižení:

Životní příběh:

**OBRÁZEK NEBO
FOTOGRAFIE**

4. Druhý karton si rozdělte na dvě poloviny a napište alespoň deset činností, které by vaše postava:

Co by chtěl /- la dělat, prožít...	Může / nemůže a co jí v tom brání

5. Své práce prezentujte před třídou nebo ve skupinkách a prodiskutujte svá zjištění a nové poznatky.
6. Nezapomeňte na umístění prací na nástěnce.

NÁVRHY ČINNOSTÍ: téma vypravování /pracovní listy/

- ➔ **1. Tondův příběh /5/ :** zkus si procvičit svůj postřeh, najdi a napiš co nejvíce přestupků proti bezpečnému chování.
- ➔ **2. Jak jsem boural na kole /3/ :** z obrázku si vyber jednu ze situací a napiš krátké vypravování, přidej poučení.
- ➔ **3. Nezbedné děti /4/ :** doplň chybějící údaje a pokračuj v započatém vypravování.

POKRAČOVÁNÍ V ZAPOČATÉM VYPRÁVOVÁNÍ: / námět na kontrolní slohovou práci /

- 🌀 vyber si jedno roční období a jeden příběh, který se v tomto období odehrál
- 🌀 pokračuj v započatém vypravování / nezapomeň na osnovu /
- 🌀 ve tvém příběhu by neměl chybět zásah jednotek IZS a závěrečné poučení, které z tvého vypravování vyplývá.



JARO

➔ **Studená koupel** ➔

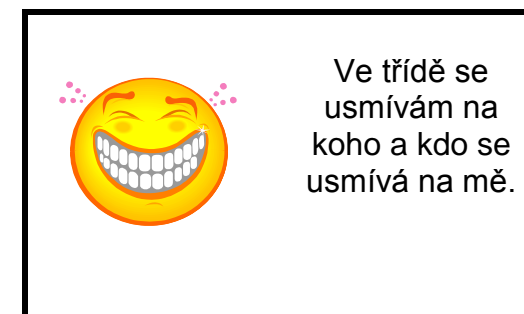
Bylo to někdy zjara. Led na rybníce už pomalu měkl, dosud však nikde neprosakovala voda. Moji kamarádi a já jsme chtěli využít poslední příležitost a zahrát si hokej. Neřekl jsem o tom rodičům nic, nýbrž jsem se tajně proplížil z domova s bruslemi přes rameno. Rychle jsem utíkal za roh, zahlédl mě však můj pětiletý bratr Michal. Měl jsem strach, že mě prozradí, a tak jsem ho raději vzal s sebou. V zápalu hry jsem ani nepostřehl, že Michal se dostal až k hrázi, kde je rybník nejhlubší. Najednou to zapraskalo a Michal zmizel pod ledem. Viděl ho souseď, který šel právě po hrázi. Chtěl mu pomoci, jenomže mu uklouzla noha a spadl do vody také.....

domácí úkol – domácí úkol – domácí úkol

- ➔ Z minulého roku také víme, že nejhorší úrazy mnohdy nejsou ty, při kterých „teče krev“. Už vám někdy někdo ublížil zlým slovem? Bolelo to dlouho, nebo to bolí dodnes?
- ➔ Jedna prastará moudrost praví, že:
„Klacky a kamení zlomí kosti, ale slova zlomí srdce“
- ➔ V minulém roce jsme si ve třídě stanovovali společné desatero třídy, které mělo přispět k tomu, aby ve třídě ubylo konfliktů a sporů a aby se tu všichni cítili lépe. Jak se vám daří ho dodržovat? Najdi si zásady desatera v pracovním sešitě ze šesté třídy a znovu si je proči.

DOMÁCÍ ÚKOL:

- ➔ Doma si v klidu promysli a po pravdě doplň do obrázků jména spolužáků a spolužaček:



slova – slůvka – slovíčka

→ Na stránku si nakresli pastelkou **obrys své hlavy**

Na jakékoli místo na papíře napiš větu, která bude začínat:

☉ „Můžu si sám sebe vážit, protože.....“ ☉

/ doplnění je na tobě /.

Pracovní sešity nechte otevřené na svých lavicích a vydejte se potěšit každého vašeho spolužáka/ -čku **milým slovíčkem**, které by se hodilo jako dokončení věty.



☉ Na závěr si popovídejte o svých pocitech. ☉

český jazyk – český jazyk – český jazyk

LÉTO

→ **Na malinách** →

Míša s Petrem trávili prázdniny na venkově u babičky. Užívali si čerstvého vzduchu a koupání. Často podnikali výlety do přírody. V sobotu ráno se spolu s ostatními dětmi vypravili do lesa na maliny. Když byli právě v nejlepším, lesní ticho rozřízl ostrý výkřik: „Pozor, had“.....

PODZIM

→ **Pečené brambory** →

Byl podzim. Poslední sluneční paprsky ještě stačily trošičku zahřát skupinku dětí z vesnice, které na sklizeném bramborovém poli pouštěly draka. Dnes si ve škole vyprávěly o zvycích, kterými se těšily děti dříve a hromádky natě a pár zapomenutých brambor jim to připomnělo. Michal se rozběhl domů pro sirky a ostatní začali připravovat ohýnek. Jenže zvlhlá tráva nechtěla vzplát, i když vyzkoušeli všechna kouzla, co znali. Michal si vzpomněl, že vedle sirek zahlédl v komoře také láhev s benzínem, který tatínek občas přiléval do špatně hořícího ohně.....



ZIMA

→ **Na horách** →

Zimní podvečer na horách je nádherný. Sníh zkrhlý pomalu klesající teplotou křupe pod nohama a z nebe se začínají snášet drobné vločky. Ráno bude na sjezdovkách určitě plno čerstvého sněhu. Na stanici horské služby drnčí telefon, který okamžitě zdvíhá nejmladší člen. Rozčilený hlas na druhém konci drátu mu sděluje, že se do nedaleké horské chaty nevrátili dva dvanáctiletí chlapci, kteří zde byli se školou na lyžařském výcviku. Skupinka mužů je okamžitě připravena vyrazit.....

počítám – počítáš – počítáte - počítáme

ÚRAZY ☻	2000/01	2001/02	2002/03	2003/04	2004/05
I.stupeň	20	22	9	13	18
II.stupeň	15	25	35	22	51
tělocvična	9	24	27	19	29
přestávka	11	12	11	9	21
Naražení	24	21	32	20	51
Tržná rána	5	11	7	6	13
Hlava	14	10	10	4	29
Noha	2	15	11	8	14
Celkem I.a II. stupeň					
O kolik více úrazů na I. či II. stupni					

Pozn. Nárůst počtu úrazů v roce 2004/05 je dán jiným způsobem evidence.

- ➔ **Počítáte s úrazy? Přejeme vám, abyste s nimi nikdy počítat nemuseli.**
- ➔ **Tak tedy alespoň NAJDĚTE V TABULCE SPRÁVNÉ INFORMACE A SPOČÍTEJTE:**

1. Napište **sestupné** pořadí roků podle počtu **naraženin**.

2. Jaký je **celkový počet** úrazů za čtyři roky s největším počtem tržných ran: _____

3. Kolik **procent** z celkového počtu úrazů v roce **2004/05** zabíraly **úrazy v tělocvičně**: _____

4. Kolik bylo za **celých pět let** ošetřeno úrazů: _____

5. Kolik **procent** z celkového počtu všech úrazů se událo v **posledním roce**: _____

6. Zjisti počet **všech úrazů hlavy** za poslední **tři roky**: _____

O kolik jich bylo víc než v **prvních dvou** letech: _____

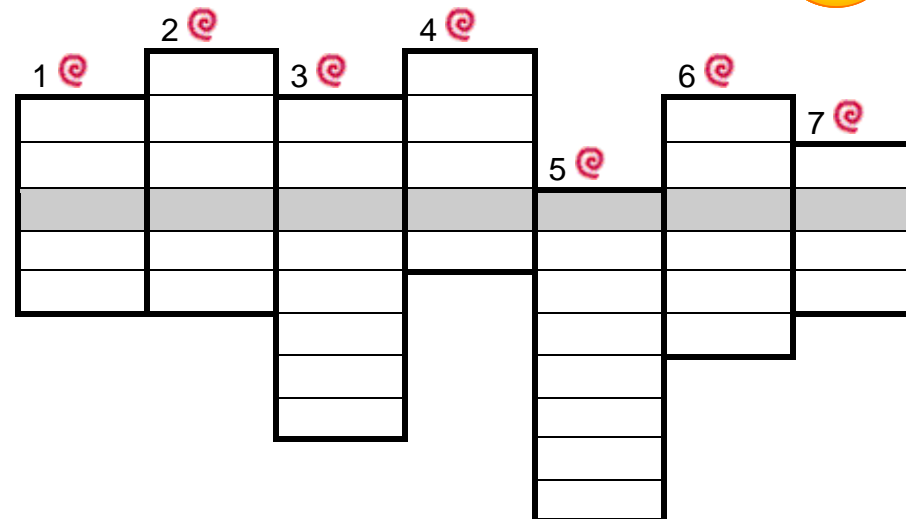
Kolik procent z celkového počtu úrazů zabíraly úrazy **hlavy**: _____

7. Spočítej a přibližně urči **poměr** úrazů o **přestávkách** a v **tělocvičně** za všech **pět let**: _____

pro hlavy chytré, chytřejší a nejchytřejší

☻ **Vylušti křížovku s cyklistickou tajenkou:** ☻

Jede-li více kol po silnici, musí jet u pravé krajnice v řadě
..... / viz tajenka /



Aby se kola točila, musí se občas (1). Je vhodné s sebou vozit (2) na drobné opravy, ruční (3) na dohušťování pneumatik a (4) proti krádeži. Kvůli dešti musíme mít (5). Když chceme, aby o nás chodci věděli, použijeme (6). Jestli píchne, musíme vyměnit nebo zalepit (7).

➔ **MÍNUSKA:** najdi slovo, které ti zbylo

				-				=	
				-				=	
				-				=	
				-				=	

- ➔ Taneční zábava - zdomácnělý vlk
- ➔ Posun nohy - část lidského těla
- ➔ Zavazadlo - citoslovce frknutí
- ➔ Zvuk při bouře - smrtelná nemoc