

OBSAH

Metodika s pracovními listy.....	2
Základní informace.....	3
Cesta do mateřské školy.....	5
Nebezpečí ve škole.....	7
Nebezpečí v domácnosti.....	10
Nebezpečí při setkání se zvířaty.....	14
Nebezpečí v zimě.....	17
Nebezpečí při oslavách a svátcích.....	20
Bezpečná jízda.....	21
Hry a zábavy.....	24
Cestování.....	27
Koupání a letní sporty.....	29
Nebezpečí v přírodě.....	32
První pomoc.....	35
Příběhy.....	40
1. Cesta do MŠ.....	41
2. Půjčování hraček.....	42
3. Na pískovišti.....	43
4. Nebezpečný únos.....	44
5. Zásuvka.....	45
6. Léky.....	47
7. Otrava.....	48
8. Pes.....	49
9. Na rybníce se bruslí.....	50
10. Pyrotechnika.....	51
11. (Ne)bezpečná jízda.....	53
12. V létě u vody.....	55
13. Nebezpečí v přírodě.....	56
Hry.....	59
1. Bacily.....	60
2. Čáp ztratil čepičku.....	60
3. Auta.....	60
4. Semaforey.....	60
5. Neposlušná kůzlátka.....	60
6. Električka.....	61
7. Hrátky se zvířátky.....	61
8. Pozor pes!.....	61
9. Snížená viditelnost.....	61
10. Puzzle štafeta.....	62
11. Poznáš dopravní značky?.....	62
12. Vodník.....	62
13. závody bez končetin.....	62
14. Bouřka.....	62
15. Co smí do dětské pusinky?.....	63
16. Kutálej se.....	63
17. Hry s čísly tísňového volání.....	63
18. Požárníci.....	64
19. Jak mě vidí řidiči.....	64

METODIKA S PRACOVNÍMI LISTY

„Předcházet úrazům znamená dobře je znát.“

Dětské úrazy představují na celém světě závažný zdravotnický, ekonomický a společenský problém. V některých státech je úmrtnost na úrazy a četnost úrazů velmi nízká díky dobře organizovanému systému prevence úrazů. Česká republika se bohužel řadí mezi státy s nejvyšší úmrtností dětí v důsledku úrazů. V ČR jsou úrazy nejčastější příčinou úmrtí dětí a mladých dospělých a třetí nejčastější příčinou úmrtí v celé populaci. Přestože úmrtnost na úrazy v poslední době mírně klesá, celkový počet úrazů neklesá. Dle statistik dochází k nejzávažnějším úrazům v dopravním prostředí; nejčastějším místem vzniku úrazu je domov a škola.

Cílem publikace, kterou držíte v rukou, je přispět k zastavení nárůstu a snížení četnosti dětských úrazů, zejména úrazů závažných a s trvalými následky.

Děti jsou bytostí velmi živé a často neopatrné, a neustálé upozorňování na možná nebezpečí neberou příliš vážně. Proto je na nás dospělých, abychom jim důležité zásady bezpečného chování opakovaně nenásilně připomínali, seznamovali je s možnými riziky a naučili je rizika předvídat a vyhnout se jim.

V naší publikaci se snažíme, s ohledem na věk, dovednosti a schopnosti dětí, získat jejich pozornost prostřednictvím zábavných úkolů, které by jim měly pomoci zamyslet se nad danou problematikou. Byli bychom rádi, kdybyste se k nám přidali a pokusili se děti zaujmout při vymýšlení různých životních situací, zejména těch rizikových. Pokud by se je děti naučily řešit teoreticky, o to snadnější by pak pro ně bylo řešit je i v reálném životě.

Tato publikace je rozdělena na tři části – metodika s pracovními listy, příběhy a hry. Pracovní listy je nutné dětem kopírovat. V publikaci se snažíme postupně věnovat pozornost různým prostředím s ohledem na riziko úrazu. Zároveň jsou témata řazena podle ročních období, abyste měli možnost upozornit děti na možná nebezpečí, která jsou v příslušných obdobích aktuální. Jednotlivá témata se prolínají a v určitém období se jich dá využít i více najednou. Je možné je i různě zkombinovat. Je jen na Vás, jak si harmonogram uzpůsobíte a jaká témata s dětmi proberete. Metodika je stručným návodem pro práci s publikací a připomíná, co je třeba dětem zdůraznit. Uvádíme i správné odpovědi k daným obrázkům a úkolům. K jednotlivým tématům lze použít příběhy a hry. Pod názvem tématu je vždy uvedeno číslo příběhu a hry, které můžete využít. Pod každým příběhem najdete otázky, které můžete využít na zopakování důležitých věcí nebo si jejich pomocí ověřit, co si děti z příběhu zapamatovaly. Zároveň můžete v příbězích najít i odpovědi na některé otázky v pracovních listech či metodice.

K hodnocení efektivity projektu využijte otázky, které najdete v metodice. Otázky dejte dětem na začátku a po probrání tématu.

PODZIMNÍ OBDOBÍ

1. Základní informace – zdraví, úraz, nemoc

Příběh č. 6; Hra č. 1

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Jak vypadá zdravý člověk: je veselý, spokojený, není zraněný, nemocný, nic ho nebolí.
- Co může zdraví ohrozit: nečekaný úraz, nemoc.
- Co je to úraz: jakákoliv událost, která se člověku stane a vyžaduje ošetření ať laické či lékařské, jednotlivé druhy úrazů (odřenina, zlomenina, opařenina, naraženina...).
- Jak se dá úrazům zabránit – otázky na děti: zda měly úraz, jak se jim stal, zda se mu dalo předejít.
- Jak se mám chovat, když jsem nemocný: být v klidu, hodně spát, hodně pít, nesportovat, být vhodně oblečený, užívat léky dle předpisu, chovat se dle pokynů lékaře.

Děti by si měly uvědomit, že každý člověk je za své zdraví zodpovědný a měl by o něj pečovat a chránit ho. Měly by se zároveň naučit přemýšlet o správnosti svých jednání a rozhodnutí, aby zbytečně neohrožovaly zdraví své ani zdraví ostatních lidí.

Pracovní list – řešení úkolu 1.B.:

Děti vybarví – teploměr, citron, jablko, mrkev, čaj, kapesníky, sirup, nosní kapky, prášky, knihu.

Děti přeškrtnou – kolo, švihadlo, míč, kyblík s lopatkou, kolečkové brusle, zmrzlinu.

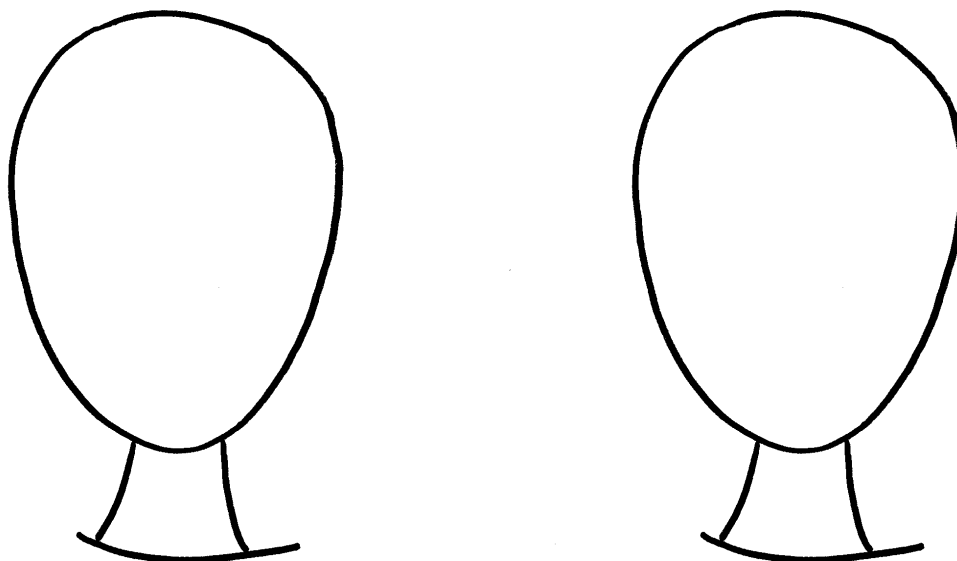
Otázky před a po:

1. Jak vypadá zdravý člověk?
2. Co je to úraz a jak se může stát? Jmenuj nějaké nebezpečné věci, předměty, situace.
3. Jak můžeš zabránit úrazu, jak se před ním můžeš chránit?
4. Co tě může bolet a není to úraz? Jak se chováš, když jsi nemocný?
5. Co znamená „dávat si pozor“ a „být opatrný“?

1. Základní informace – úraz, zdraví, nemoc

A. Zdravý x nemocný

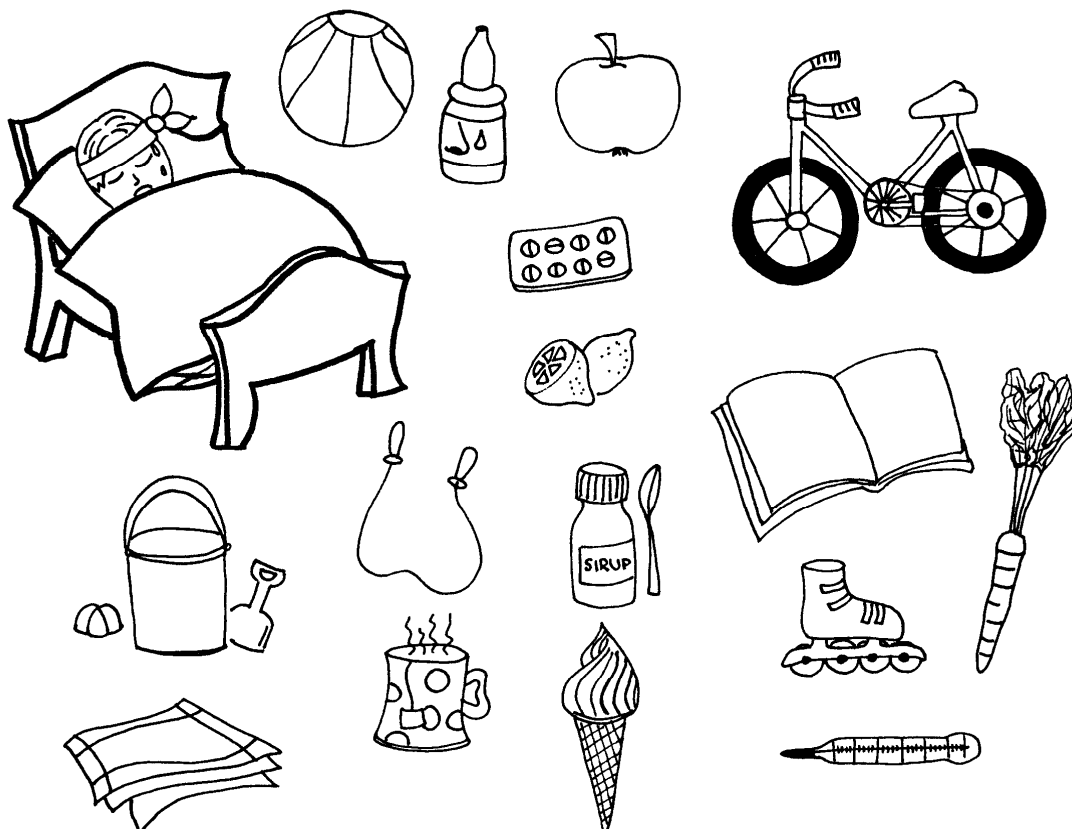
- Dokresli obličej zdravého a nemocného člověka.



B. Nemoc

Malý Péťa náhle onemocněl. Má vysokou teplotu, bolí ho v krku a spouští se mu rýma.

- Porad' mu, co všechno bude potřebovat k tomu, aby se brzy uzdravil. Správné věci vybarvi, špatné přeškrtni červenou pastelkou.
- Co děláš ty, když jsi nemocný?



2. Cesta do MŠ

Příběh č. 1, 11; Hra č. 2, 3, 4, 10, 11, 19

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Ukázat dětem nebezpečná místa v okolí školy – křižovatky, silnice v blízkosti hřiště...
- Jak správně chodit po chodníku a silnici, když jdu sám nebo ve skupině.
- Jak se přechází silnice s přechodem pro chodce, bez přechodu, se semaforem a přechodem.
- Semafor z pohledu řidiče auta nebo cyklisty.
- Co to jsou reflexní prvky a jaké je vhodné oblečení chodců v dopravním provozu, za snížené viditelnosti (pro řidiče aut je nejlépe viditelná barva bílá, pak žlutá, červená, modrá, zelená, černá; záleží samozřejmě na odstínu barvy, lépe jsou vidět odstíny světlé než tmavé; nejlépe viditelné jsou reflexní barvy).

Pracovní list – řešení úkolu:

2.A. Semafor pro chodce: zelená barva – můžu jít, ještě se rozhlédnu; červená barva – stojím. Semafor pro řidiče a cyklisty: zelená – můžu jet; oranžová – pozor, bude změna barvy; červená – stůj. Oranžově blikající semafor – semafor nefunguje, řídím se dopravními značkami. Vhodnou aktivitou je návštěva dopravního hřiště nebo vycházka do okolí školy.

2.B. Přechod pro chodce, zebra.

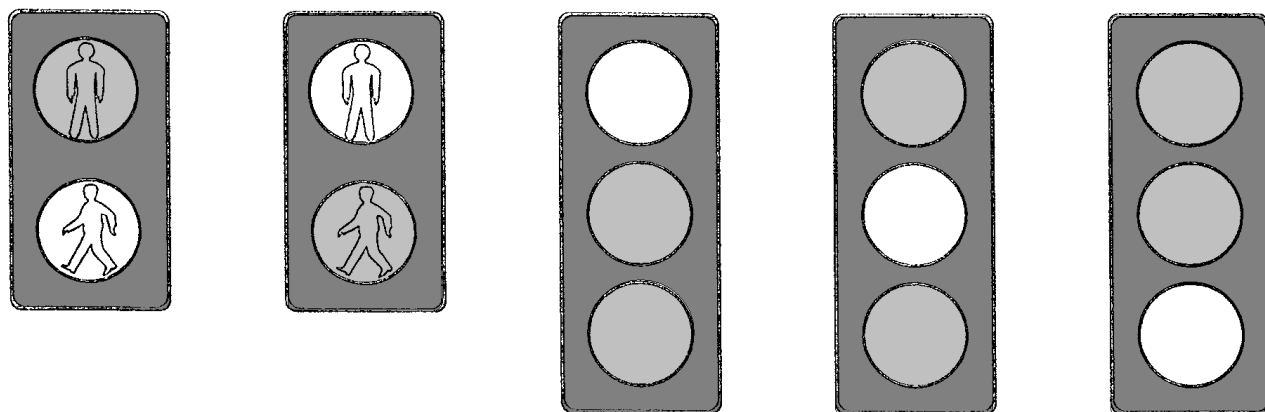
Otázky před a po:

1. Co se ti může stát při cestě do školy?
2. Jak se chováme při přecházení vozovky na přechodu pro chodce; bez přechodu pro chodce; na přechodu pro chodce se semaforem?
3. Co znamená, když na semaforu svítí oranžová barva?
4. Po které straně chodníku se chodí? Ukaž levou a pravou stranu.
5. Seřaď barvy podle viditelnosti pro auta: červená, černá, žlutá, bílá, modrá.

2. Cesta do MŠ

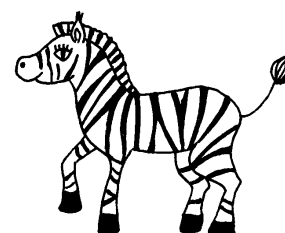
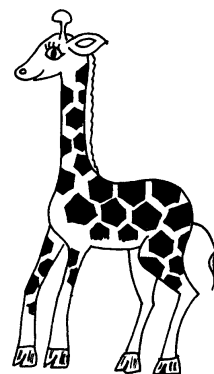
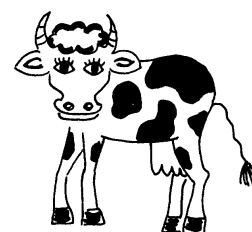
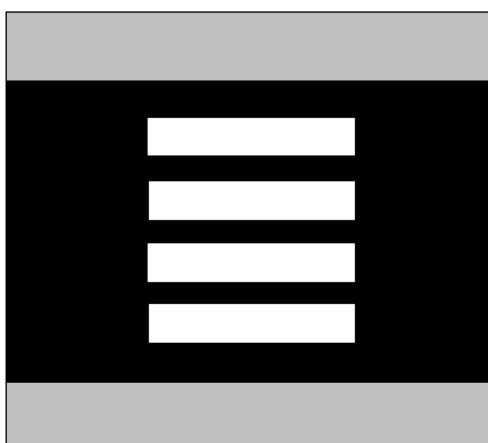
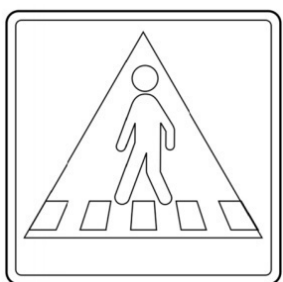
A. Semafor

- Vybarvi bílá kolečka semaforu správnou barvou.
- Řekni, co znamenají jednotlivé barvy, když svítí na semaforu.



B. Přečhod pro chodce

- Řekni, co je na obrázku uprostřed.
- Přiřaď k přečhodu pro chodce správnou značku a vybarvi ji.
- Zakroužkuj zvíře, podle kterého je nazýván přečhod pro chodce.



3. Nebezpečí ve škole

Příběh č. 2, 3, 4, 5, 13; Hra č. 5, 6

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Pravidla chování ve třídě, v šatně, na schodech, v umývárně, na školní zahradě, na hřišti.
- Jak se zachovat, když se mi stane úraz nebo když se stane úraz někomu jinému.
- Na co si dávat pozor při hře na pískovišti a jak se zachovat, když tam najdu nevhodné či nebezpečné předměty.
- Co dělat, když mi někdo vyhrožuje, nadává či ubližuje.

Je vhodné projít daná místa s dětmi a vysvětlit, proč jsou nebezpečná, stanovit si pravidla chování ve školce i se zřetelem na ohleduplnost a přátelství.

Pracovní list – řešení úkolu:

3.A. Horká polévka – nebezpečí opaření; houpání na židli – nebezpečí pádu a zranění; vyklánění z okna – nebezpečí vypadnutí; elektrická zásuvka – nebezpečí úrazu elektrickým proudem.

Další nebezpečí: nebezpečné a jedovaté rostliny (kaktus, pryšec, řemenatka, tenura, lopatkovec, orchidej, muškát, vánoční hvězda, dieffenbachie) – rostliny nedávám do pusy a nesahám na ně, pokud na ně sáhnu, musím si umýt ruce; ostré rohy; kluzká podlaha; horká voda; ostré předměty; věci ve výšce; skřípnutí prstů ve dveřích; neznámé tekutiny; léky; nevhodné chování – přetahování o hračky, pošťuchování.

Možnost probrat i zásady první pomoci při různých úrazech (opaření, otrava, zásah elektrickým proudem, odřenina, zlomenina, říznutí atd.).

3.B. Pískoviště – láhve od alkoholu, nedopalky cigaret, lízátko, bonbóny, injekční stříkačka, střepy, mrtvý pták, psí exkrement.

Nic bych neměl strkat do pusy, mohl bych se otrávit nebo nakazit nějakou nemocí.

Když najdu injekční stříkačku, v žádném případě na ni nesahám a hned to řeknu někomu dospělému. Dospělý by měl správně zavolat policii (156 nebo 158) a ta by měla přijet stříkačku odklidit. Určitě nevyhazovat stříkačku do koše, mohli by se o ni zranit pracovníci technických služeb nebo popeláři. V nejzazším případě může dospělá osoba stříkačku opatrně vzít za píst papírovým kapesníkem nebo igelitovým sáčkem a dát ji do nějaké pevné nádoby, např. PET láhve či plechovky. Poté láhev pevně zašroubuje či plechovku sešlápne a vyhodí do koše nebo ji donese na policii. Nikdy jehlu neodděluje!

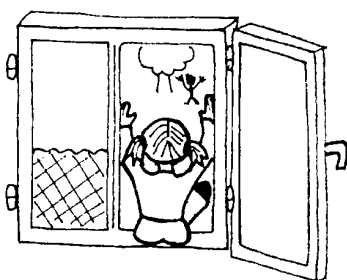
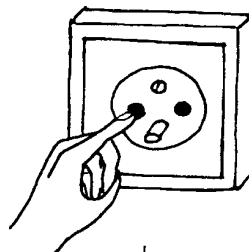
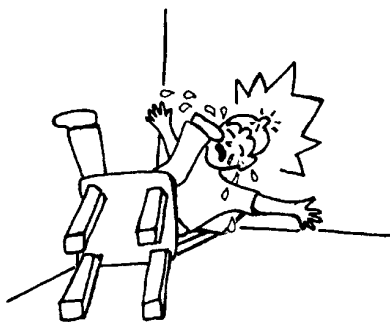
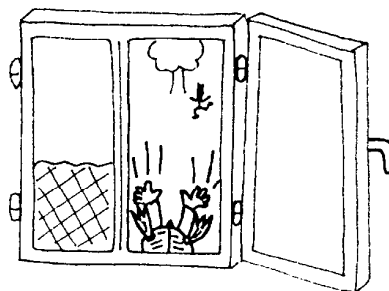
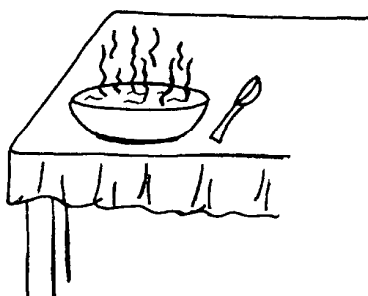
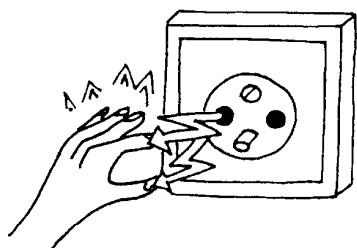
Otázky před a po:

1. Jak se chováš ve školce, aby se ti nic nestalo – ve třídě, v šatně, v umývárně, na hřišti, na vycházce, při hrách?
2. Co uděláš, když se ti stane úraz ve školce?
3. Co uděláš, když se stane úraz někomu jinému?
4. Na co dávat pozor na pískovišti? Co bys dělal, kdybys zde našel injekční stříkačku, střepy, nedopalky cigaret, mrtvé zvíře?
5. Co uděláš, když ti někdo vyhrožuje nebo ubližuje?

3. Nebezpečí ve škole

A. Třída

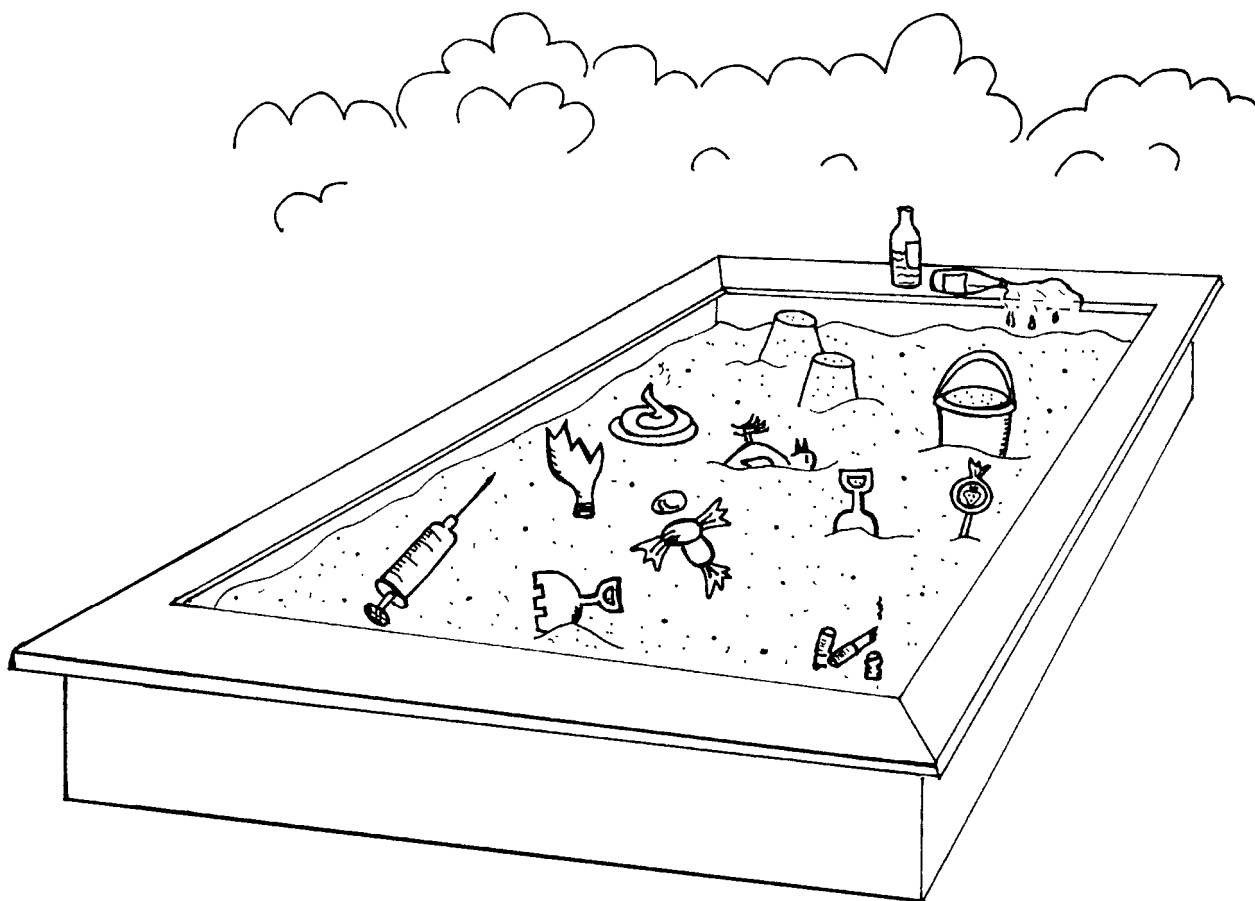
- Obrázky, které patří k sobě, zakroužkuj stejnou barvou a spoj je. Použij čtyři různé barvy.
- Popiš, jaké nebezpečí je na obrázku a co se může stát.
- Obrázky vybarvi.
- Vymysliš ještě další nebezpečí, která na tebe číhají ve třídě?
- Dokážeš říci, jak se máte chovat ve školce, aby se nestal úraz tobě nebo tvým kamarádům?



3. Nebezpečí ve škole

B. Hřiště, pískoviště

- Na obrázku najdi věci, které mohou být pro tebe nebezpečné. Škrtni je červenou pastelkou. Zapamatuj si, že na ně nikdy nesmíš sahat.
- Řekni, jaká pravidla máš dodržovat na školním hřišti, aby se ti nic nestalo.
- Co bys dělal, kdybys našel na pískovišti injekční stříkačku?
- Můžeš si hrát s nedopalky cigaret a strkat je do pusy?
- Můžeš si hrát s láhvemi od alkoholu a dopíjet zbytek alkoholu, který v láhvi zůstal?
- Smíš si vzít bonbón, který najdeš v pískovišti?
- Je bezpečné hrát si s mrtvými zvířaty?



4. Nebezpečí v domácnosti

Příběh č. 2, 5, 6, 7, 10; Hra č. 5, 6, 10, 15, 16

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Co vše je nebezpečné v domácím prostředí (co mě může popálit, opařit, pořezat, otrávit, udusit, jak se může stát zlomenina, pohmožděnina, vykloubenina).
- Pravidla chování v domácnosti – jak se zachovám, když mi není dobře (děti si nesmí brát samy léky); když mám žízeň (děti by neměly pít neznámé tekutiny)...
- První pomoc při opaření, spálení, poleptání, popíchání, pořezání, dušení, otravách.

Pracovní list – řešení úkolu:

4.A. Mrkev, sýr, meloun, jablko, jogurt, ryba (pozor na kosti, nemluvit a soustředit se na jídlo). Ostatní věci by mě mohly otrávit.

4.B. Co mě může:

1. popálit či opařit – žehlička, sirky, hořící svíčka, horká voda, horký čaj, elektrika
2. popíchat či pořezat – nůžky, injekční stříkačka, špendlíky, jehly a připínáčky, nůž, jehlice
3. udusit – korálky, igelitová taška či sáčky, buráky

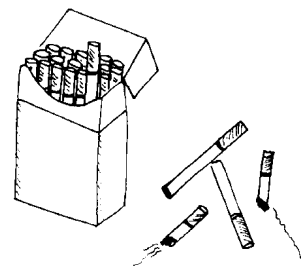
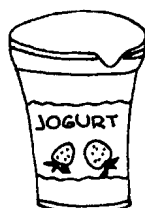
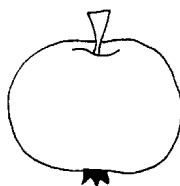
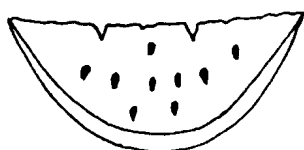
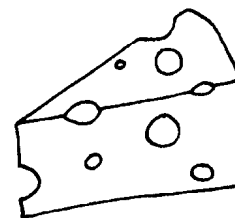
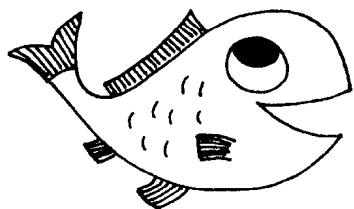
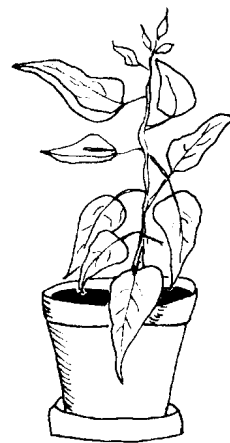
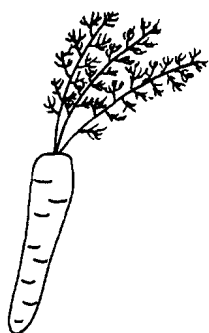
Otázky před a po:

1. Co uděláš, když zazvoní u dveří cizí člověk a chce pustit dál a ty jsi doma sám?
2. Co tě může doma popálit nebo opařit? Co uděláš, když už se to stane?
3. Smíš si brát sám léky z lékárníčky, když ti není dobře? Čím se můžeš doma otrávit kromě léků?
4. Co všechno může být pro tebe doma nebezpečné a ještě jsme to nezmínili?
5. Proč se nesmíš vyklánět z okna?

4. Nebezpečí v domácnosti

A. Co smí do dětské pusinky

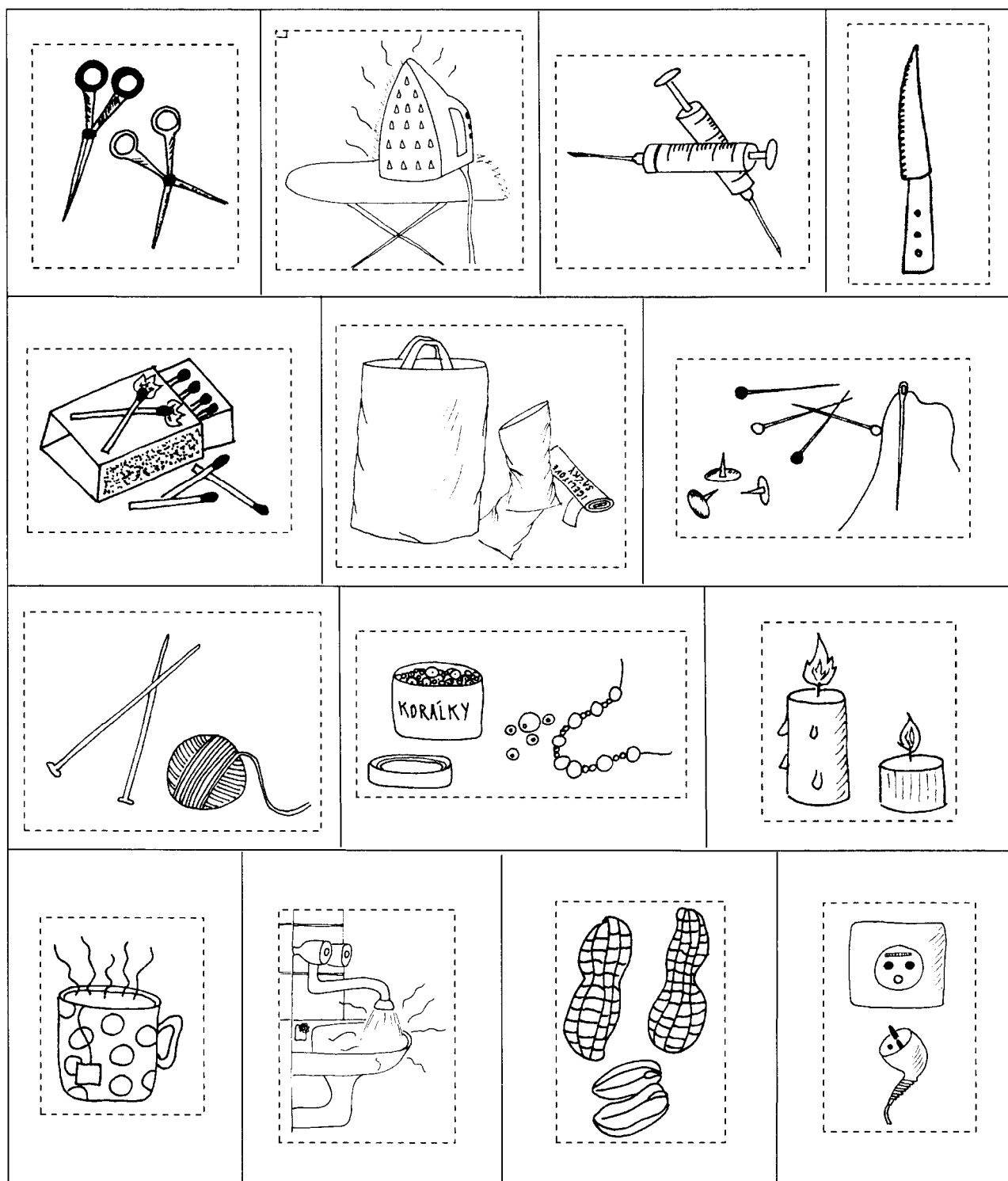
- Prohlédni si dobře následující obrázky a potom pastelkami vybarvi to, co je pro člověka zdravé.
- Červeně přeškrtni vše, co by mohlo být pro tebe škodlivé, jedovaté nebo nezdravé.
- Vysvětli, proč jsi obrázky přeškrtnl červeně a čím by ti mohly věci uškodit.
- Na co si musíš dát pozor, když jíš rybu?

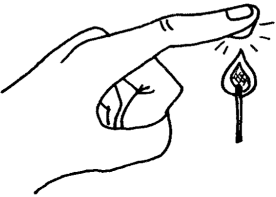




4. Nebezpečí v domácnosti

B. Proč jsou některé věci nebezpečné

- Vystříhej jednotlivé obrázky.
- Nalep pod sebe na další straně obrázky věcí, které tě mohou:
 1. popálit či opařit
 2. popíchat či pořezat
 3. udusit



5. Nebezpečí při setkání se zvířaty

Příběh č. 8; Hra č. 7, 8, 10

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Nebezpečí plynoucí ze styku se zvířaty (domácími i volně žijícími).
- Proč nesmíme na neznámá zvířata sahat, dráždit je, krmit je.
- Jak se máme chovat při styku s neznámým psem.
- Proč nemám ani u vlastního psa sahat do jeho misky s krmením.
- Pravidla správného chování v ZOO (nehladit zvířata, nekrmit je, nedráždit je, nepřibližovat se k oplocení, nepřelézat ohrazení atd.).
- Proč se nesmím dotýkat uhynulých zvířat.

Jakékoliv poranění od zvířete musím ihned nahlásit rodičům nebo jiné dospělé osobě. Vhodnou aktivitou je třeba návštěva ZOO, psího útulku, canisterapie, shlédnutí komentovaného výcviku psů apod.

Pracovní list – řešení úkolu:

5.A. Neublíží: hlemýžď, kapr (pozor! rybník – nebezpečí utonutí).

Ostatní zvířata ti mohou ublížit: kočka (škrábne, kousne), prase (kousne, kopne), pes (kousne), liška (kousne), myš (kousne, škrábne), netopýr (kousne, škrábne), ježek (popíchá, má často hodně blech a klíšťat na těle), klíště (kousne – encefalitida, borelióza), vosička (píchne – nebezpečí alergie), labuť (poštípe zobákem), zmijs (uštíknou), sluníčko („kousne“), slepice (klovne, škrábne pařáty), ropucha (sekret jedových žláz – nebezpečí podráždění kůže u citlivých osob). U všech teplotně citlivých živočichů upozornit na možné nebezpečí vztekliny. Děti by si měly uvědomit, že skoro každé neznámé zvíře jim může ublížit. Proto není bezpečné se jich dotýkat. Dotyk je možný pouze za určitých podmínek – souhlas majitele, instrukce rodičů nebo dospělých osob. V této kapitole je důležité naučit děti, jak se mají chovat ke zvířatům, aby jim neublížila. Ne vyvolat v dětech strach ze zvířat.

5.B. Že chce pes zaútočit, mohu poznat tak, že má zježenou srst, zdvižený ocas, vyceněné zuby, vrčí, štěká, má bojový postoj. Nesmím před ním dělat rychlé pohyby, nesmím utíkat a dráždit ho. Pokud by zaútočil, zaujmu ochrannou polohu viz hra „Pozor pes“. Může mě nakazit vzteklinou (pozor především v cizích zemích, např. Polsku, Ukrajině, Turecku, Egyptě atd.). Nesmím hladit žádného neznámého psa, i když vypadá, že je hodný. Pohlídat si ho můžu pouze se souhlasem jeho majitele.

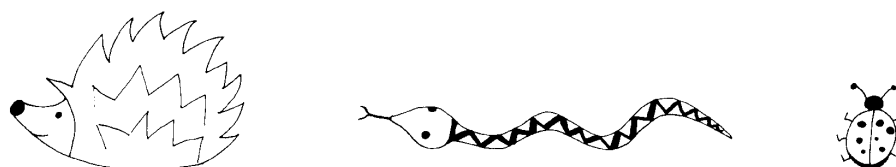
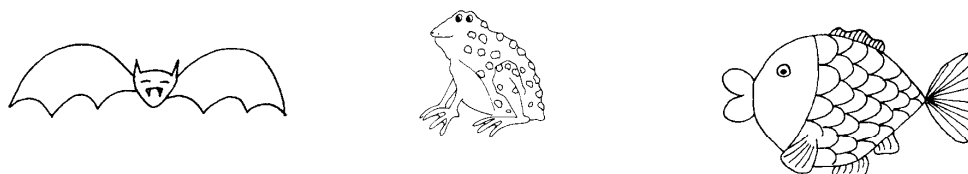
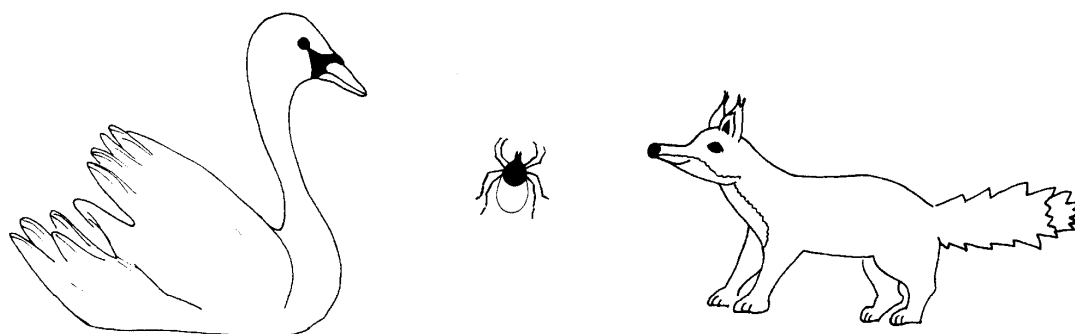
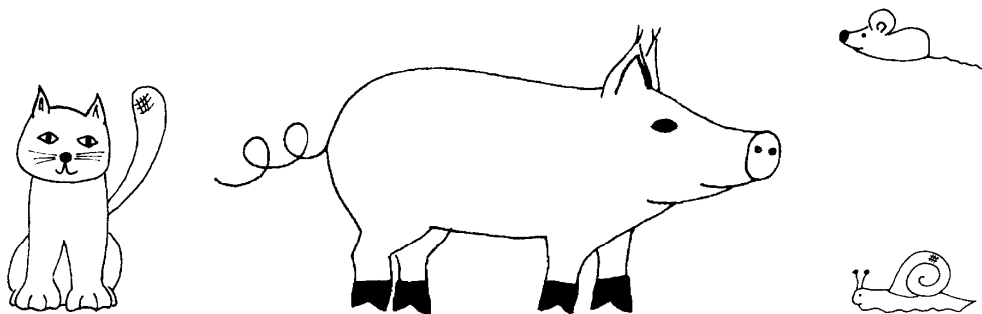
Otázky před a po:

1. Co uděláš, když tě kousne cizí pes?
2. Jak se chováš k vlastnímu pejskovi v době, kdy žere?
3. Pro koho může být nebezpečné včelí nebo vosí píchnutí?
4. Jak se chováš v zoologické zahradě?
5. Proč nesmíš sahat na neznámá zvířata? Jmenuj některá nebezpečná zvířata, jak ti mohou ublížit? Co uděláš, když si chceš pohlídat neznámého pejska?

5. Nebezpečí při setkání se zvířaty

A. Jak mi může zvíře ublížit?

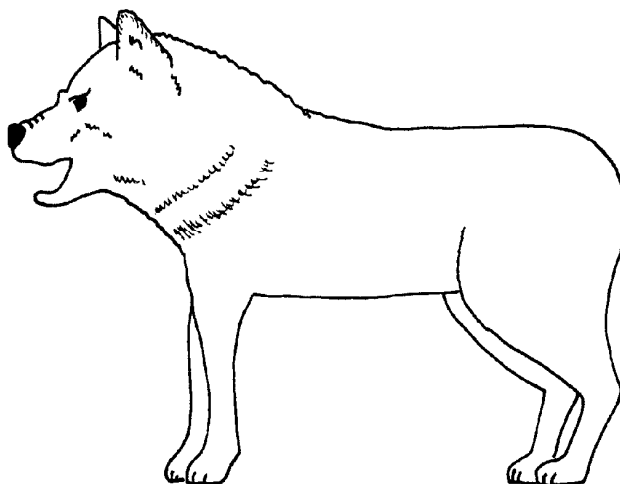
- Zelenou pastelkou zakroužkuj zvířátka, která ti určitě neublíží, když se jich dotkneš.
- Vysvětli, čím by pro tebe mohla být nebezpečná ostatní zvířata.
- Zvířátka vybarvi.
- Víš, jak se máš chovat, aby ti zvíře neublížilo? Jaká musíš dodržovat pravidla?



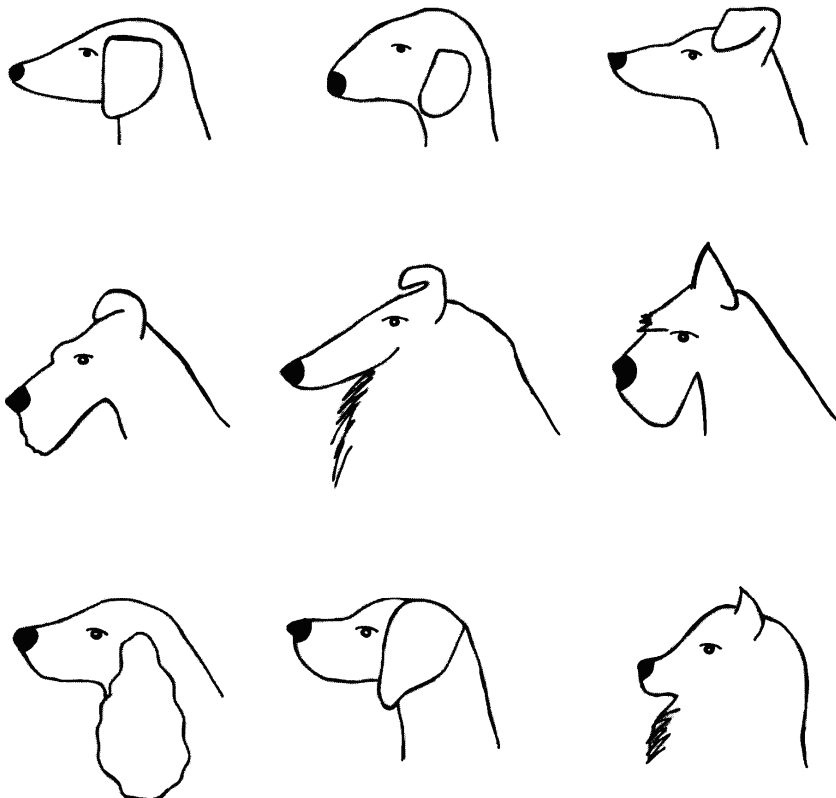
5. Nebezpečí při setkání se zvířaty

B. Psi

- Jak poznáš, že chce pes zaútočit?
- Domaluj vyceněné zuby, zježenou srst a zdvižený ocas.
- Znáš nějakou nemoc, kterou můžeš dostat, pokud tě pokouše pes nebo nějaké divoké zvíře?



- Vybarvi pejska, kterého si můžeš pohladit. Svůj výběr zdůvodni.
- Řekni, co bys měl udělat, když si chceš pohladit cizího pejska.



ZIMNÍ OBDOBÍ

6. Nebezpečí v zimě

Příběh č. 9; Hra č. 6, 9, 13

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- S jakým počasím se můžeme v zimě setkat a jak může ovlivnit či omezit pohyb osob či vozidel (mráz, mlha, náledí, sněhová vánice, námraza, sněhové převisy, apod.).
- Jaká místa mohou být pro člověka zvláště nebezpečná (přírodní ledové plochy, spadlé elektrické vedení, sněhové převisy na střechách domů a stromech, velké rampouchy atd.).
- Jak chodit v zimě správně oblečení.
- Bezpečná a nebezpečná místa pro zimní sportování – lyžování, bruslení, bobování, sáňkování, koulování...
- Pravidla bezpečné jízdy na lyžích, bruslích, sáňkách..., nezapomenout na ochranné pomůcky.
- Na co si dát pozor na sjezdovkách, vleku, lanovce...
- Jaké zásady dodržovat při koulování.
- Jak se zachovat, kdyby se pode mnou propadl led na rybníce.

Pracovní list – řešení úkolu:

6.A. Nebezpečí: náledí na chodníku a silnici – pro chodce nebezpečí uklouznutí a následný vznik zlomeniny či pohmožděniny, pro auta nebezpečí smyku a ohrožení sebe i ostatních účastníků dopravního provozu; sněhový převis na střeše domu a na stromě – nebezpečí spadnutí na chodce; ledové rampouchy na střeše domu – nebezpečí spadnutí na chodce; nevhodné oblečení – nebezpečí nastydnutí či promrznutí.

6.B. Bruslení – nebruslit v místech, kde se hraje hokej, nebezpečí zranění pukem či hokejkou, zároveň by všichni účastníci měli být ohleduplní a pozorní. Vhodná je i helma. Sáňkování – nesáňkovat u silnice, nebezpečí vjetí do vozovky a srážka s vozidlem. Totéž platí pro bobování, ježdění na kluzáku apod.

Lyžování – lyžovat na vyhrazených místech, ne v lese, u silnice, proti zdi apod., být vhodně oblečen, na sjezdovce a vleku dodržovat pravidla, nepřeceňovat své schopnosti.

Koulování – nebezpečí rány koulí do obličeje, sníh může být hodně zmrzlý nebo těžký, rána do nosu či oka může způsobit následné poranění. Dodržovat pravidla, nemířit na hlavu a obličej.

Otázky před a po:

1. Čím pro tebe mohou být nebezpečné sněhové převisy na střechách domů nebo ledové rampouchy?
2. Jak bys měl v zimě chodit oblečený a proč?
3. Když je silná námraza na drátech elektrického vedení, může se stát, že dráty spadnou. Proč bys na dráty neměl sahat, co se ti může stát?
4. Jaká jsou pravidla bezpečné jízdy na bobech, lyžích, bruslích, při koulování?
5. Jak bys ses zachoval, kdyby se pod tebou na rybníce propadl led? Jak se má chovat záchránce?

6. Nebezpečí v zimě

A. Zima ve městě

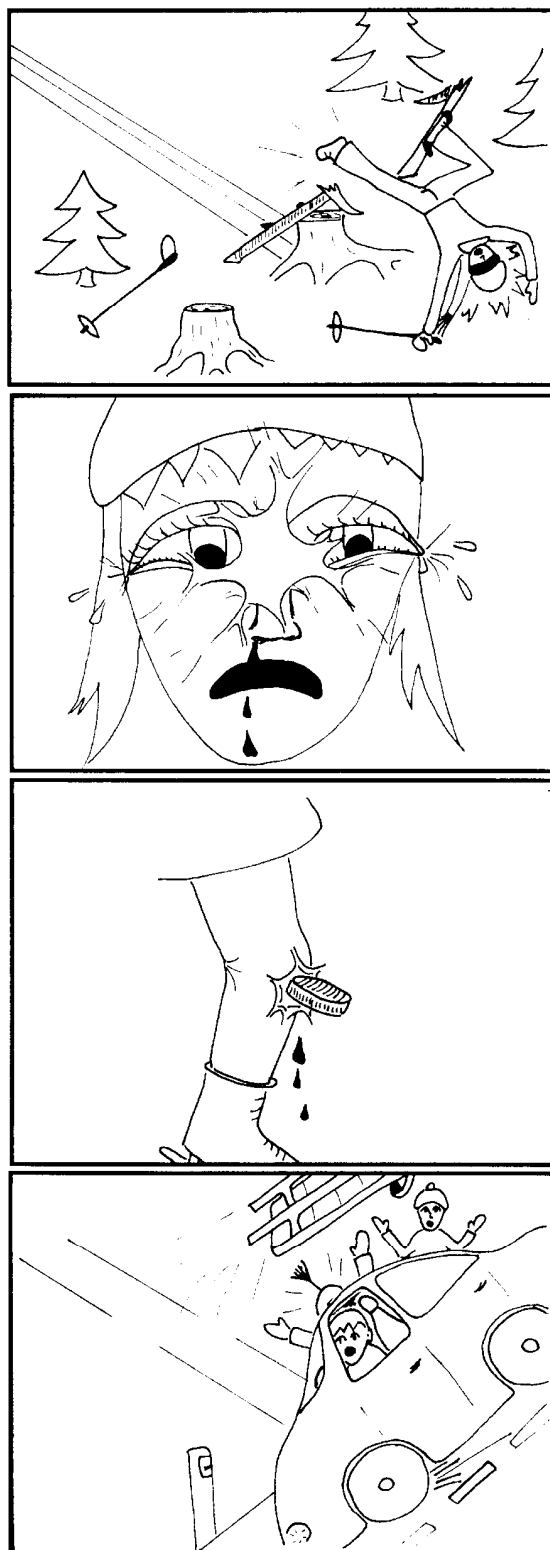
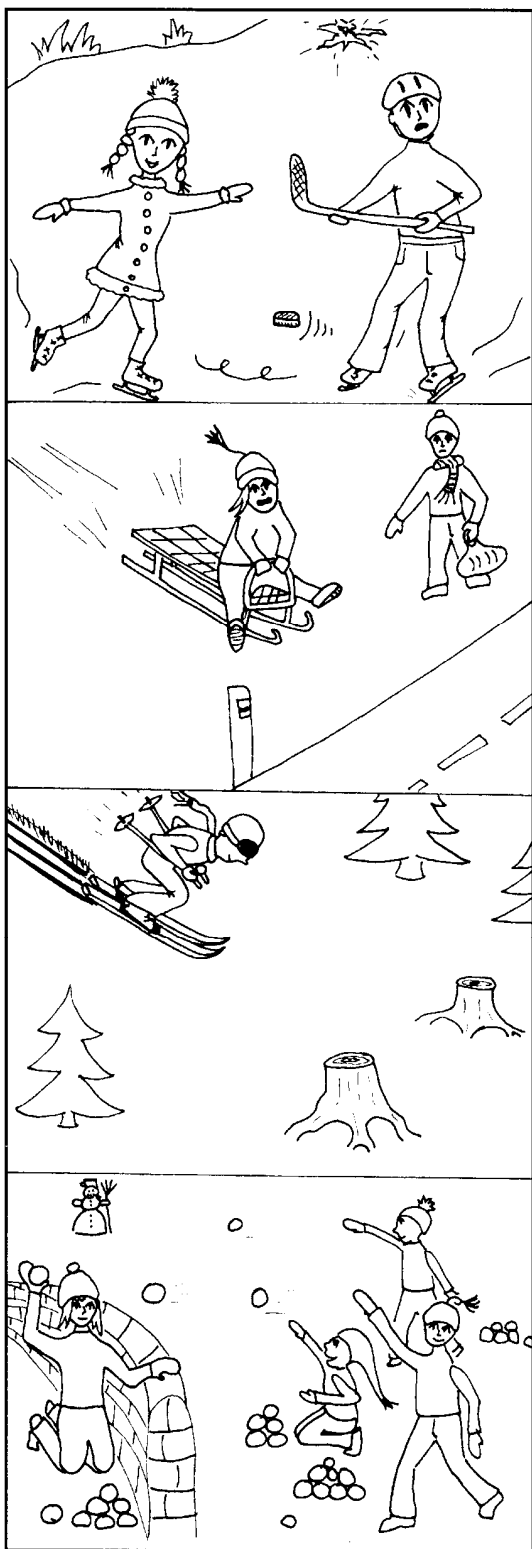
- Vybarvi na obrázku červeně věci, které mohou být pro lidi v zimě nebezpečné. Svůj výběr věcí zdůvodni.
- Řekni, jak by měli lidé chodit v zimě oblečení a proč.



6. Nebezpečí v zimě

B. Zimní sporty a úrazy

- Prohlédni si obrázky a jmenuj zimní sporty, které na nich vidíš.
- Poté spoj k sobě 4 různými barvami dvojice obrázků, které k sobě patří.
- Vysvětli, co se může při jednotlivých zimních sportech stát a co bys měl dodržovat za pravidla, aby se ti nic nestalo.



7. Nebezpečí při oslavách a svátcích

Příběh č. 10; Hra č. 16

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Jak může být pro děti nebezpečná zábavná pyrotechnika, upozornit i na nález nevybuchlé pyrotechniky.
- Kdo ji může kupovat a používat, příp. za jakých podmínek.
- Jak může být nebezpečný otevřený oheň – svíčky, sirky, prskavky, nebezpečí vznícení vánočního stromku, povlečení, koberce, oblečení atd.
- Proč na oslavách nesmím pít všechno, co se zde nabízí – alkohol.
- Jak se zachovat, když někde hoří nebo když mi chytne oděv.

Otázky před a po:

1. Co doma slavíte, příp. jaké znáš svátky?
2. Můžeš sám zapalovat sirky, svíčky, prskavky?
3. Proč nepatří petardy do rukou malých dětí? Co se může stát?
4. Mohou dospělí pouštět rachejtle doma v pokoji?
5. Proč nemůžeš pít vše, co se na oslavách nabízí?

K této kapitole nejsou pracovní listy, protože předpokládáme, že v období Vánoc je spousta jiných aktivit, které s dětmi děláte.

8. Bezpečná jízda

Příběh č. 11; Hra č. 2, 3, 4, 9, 10, 11, 19

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Bezpečná a nebezpečná místa pro jízdu na kole, koloběžce, kolečkových bruslích apod.
- Pravidla bezpečné jízdy na kole pro děti při jízdě po silnici – zdůraznit, že musí do 10 let jezdit pod dohledem osoby starší 15ti let, mít na hlavě helmu, mít povinnou výbavu kola a řídit se dopravními pravidly – jet po pravé straně, při okraji silnice, nejezdit vedle sebe, na přechodu pro chodce sesednout z kola.
- Důležitost používání ochranných pomůcek při jízdě na kole, koloběžce, kolečkových bruslích.

Pracovní list – řešení úkolu 8.B.:

Holčičce chybí helma a chrániče, kdyby spadla, mohla by se vážně zranit.

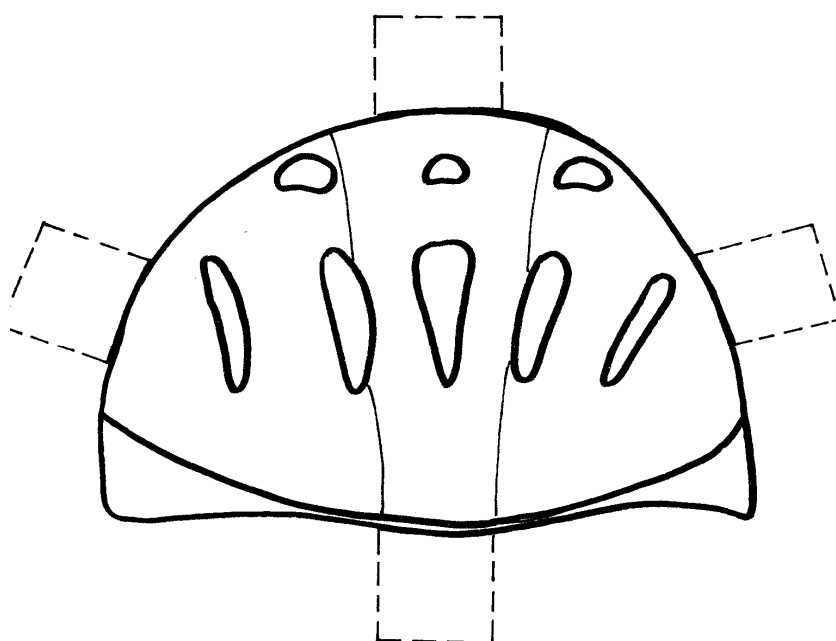
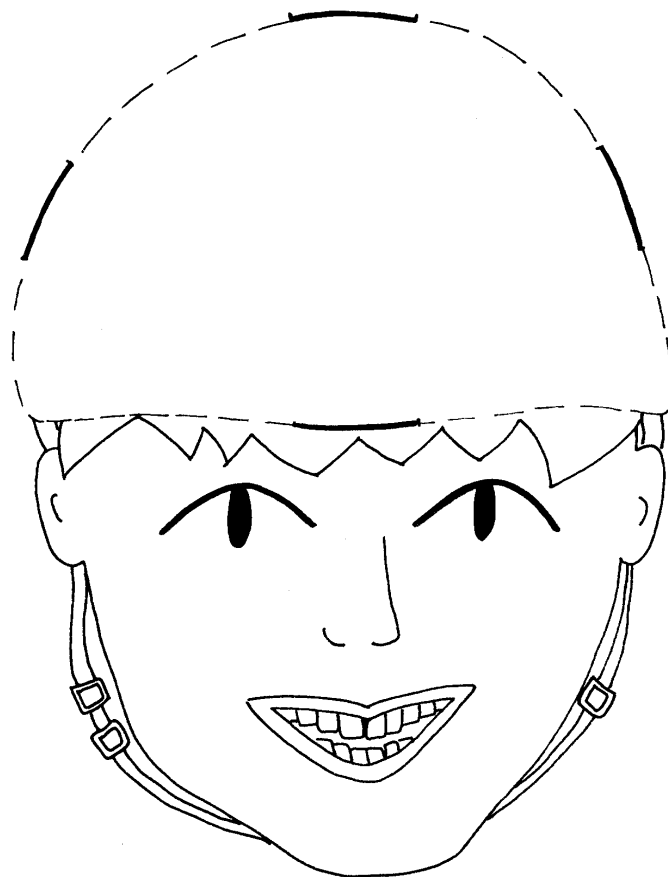
Otázky před a po:

1. Co musíš mít na hlavě při jízdě na kole, koloběžce nebo kolečkových bruslích?
2. Kde můžeš jezdit na kole, koloběžce nebo kolečkových bruslích, abys byl v bezpečí?
3. Můžeš jet na kole po silnici bez doprovodu někoho dospělého?
4. Jak při jízdě na kole ukazuješ např. řidičům aut, že chceš odbočit?
5. Smíš přejíždět na kole přechod pro chodce? Proč ne?

8. Bezpečná jízda

A. Cyklista

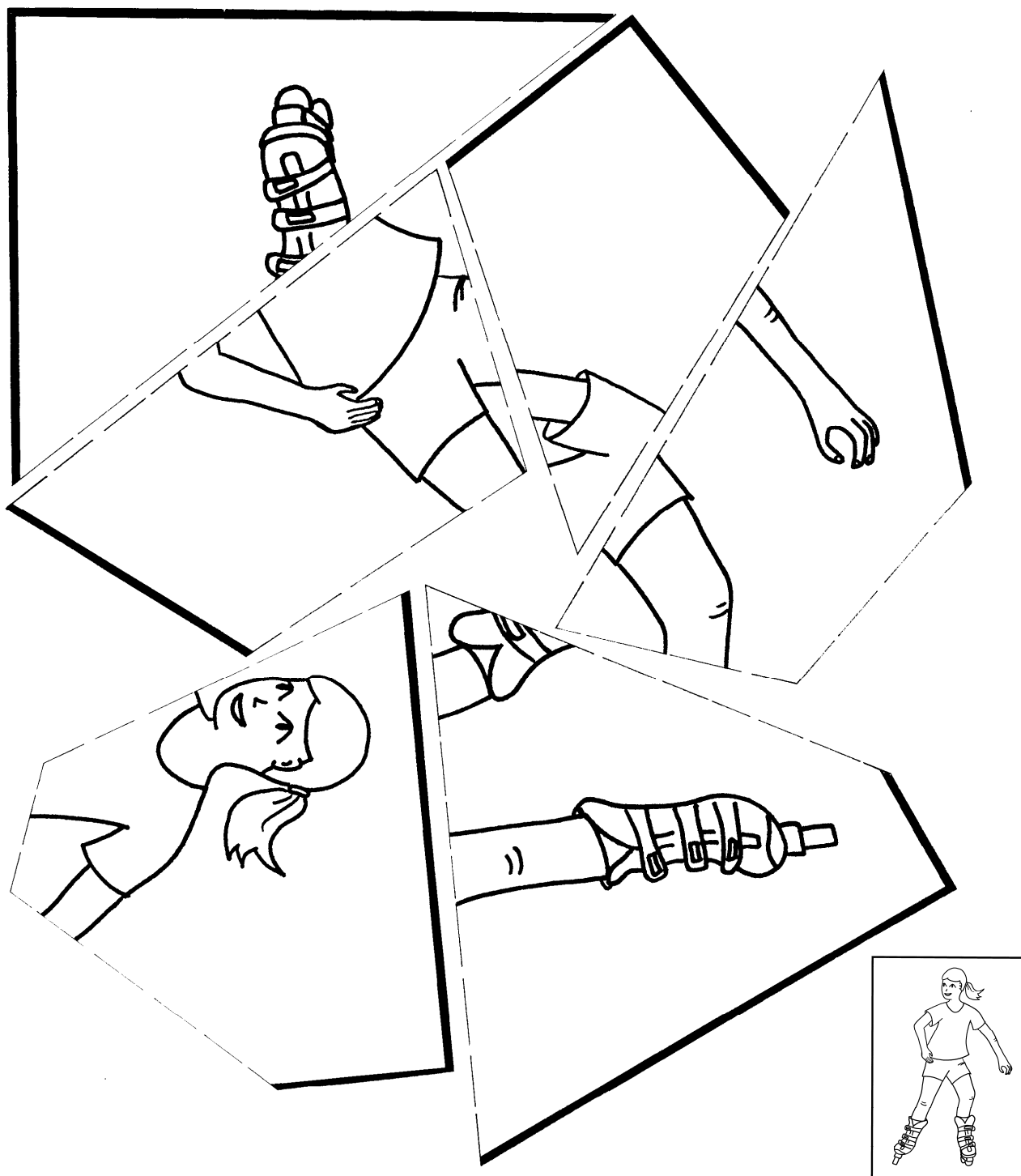
- Vystřihni cyklistickou helmu dole na stránce.
- Vymaluj jí podle sebe, jak bys chtěl, aby vypadala.
- Poté jí nalep nebo nasad' (vyříznutí naznačených otvorů) cyklistovi.



8. Bezpečná jízda

B. Kolečkové brusle a jiné sporty

- Vystříhni jednotlivé dílky obrázku.
- Slož z vystříhaných dílků obrázků, nalep ho na papír a vybarvi.
- Řekni, proč se holčička na obrázku nechová správně. Co jí chybí?
- Chybějící věci jí dokresli.
- Jmenuj další sporty, při kterých musíš nosit ochranné pomůcky (řekni konkrétně jaké, při kterém sportu – př. koloběžka:helma; plavání:rukávky; lyže:helma).



9. Hry a zábavy

Příběh č. 2, 3, 9, 10; Hra č. 10, 13, 16

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Nevhodná a nebezpečná místa pro hraní – blízko silnice, řeky, vodní nádrže, železniční trati, na skládce, kolejích, stavbách, opuštěných budovách, sloupech elektrického vedení, mostech, skalách apod.
- Jak se zachovat, když mi do silnice, na železniční trať, do vodní nádrže spadne míč.
- Proč je nebezpečné lézt na stromy, lešení, žebříky, sloupy elektrického vedení.
- Jaké předměty a hračky jsou na hraní nevhodné – střelné zbraně (pistole, luk a šípy, prak), sečné zbraně (meč, nůž, dýka), hračky s ostrými hroty jako např. šipky, kameny apod. – vysvětlit, proč jsou nevhodné. Stanovit pravidla, která musím dodržovat, když si s nimi hraji.
- Co znamená chovat se bezpečně při společenských hrách (hrát fair play, dodržovat pravidla).

Pracovní list – řešení úkolu:

9.A. Meč, šipky, luk a šípy, prak, pistole – vysvětlit, proč jsou nevhodné a co musím dodržet, kdybych si s nimi hrál.

9.B. Mohu si hrát pouze na hřišti, ostatní místa jsou pro hry nebezpečná.

Otázky před a po:

1. Kde všude si můžeš hrát nebo sportovat? Jmenuj bezpečná místa.
2. Smíš si hrát s míčem u silnice? Jak by ses zachoval, když by ti spadl míč na silnici?
3. Smějí si děti hrát na železniční trati, skládce nebo sloupech elektrického vedení? Co se může stát?
4. Jaké předměty nejsou vhodné pro hry dětí?
5. S jakými hračkami si nejraději hraješ?

9. Hry a zábavy

A. Nebezpečné hračky

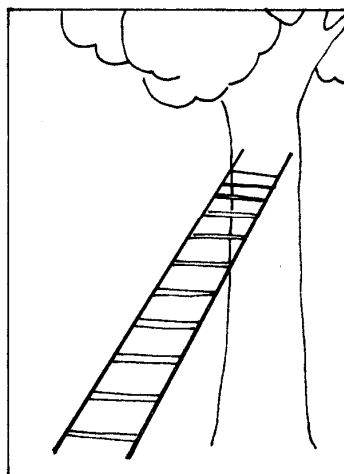
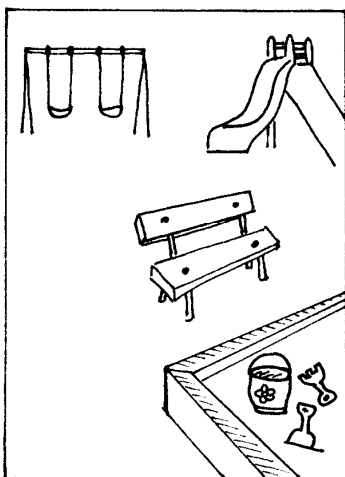
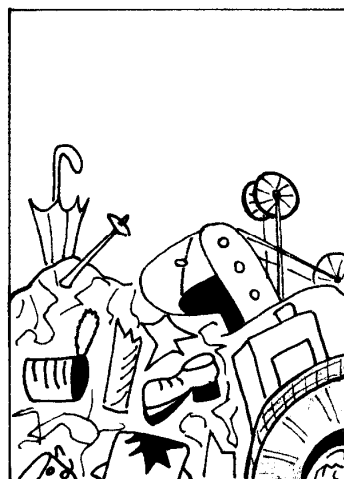
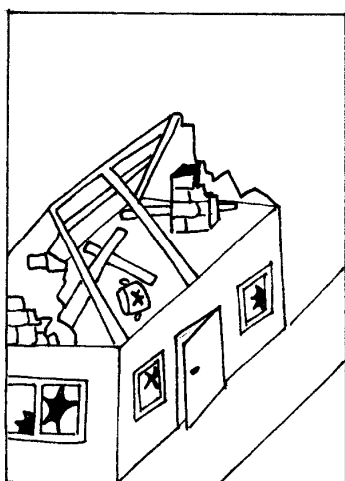
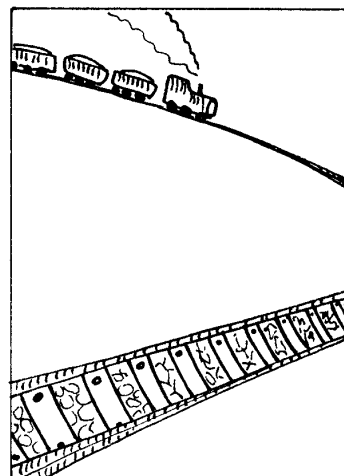
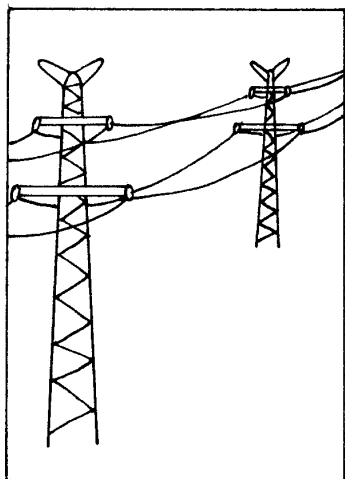
- Prohlédni si obrázek. Přeškrtni hračky, které jsou pro Petříka nebezpečné. Řekni proč. Jaká pravidla by měl Petřík dodržet, pokud by si s těmito hračkami hrál?
- Bezpečné hračky vybarvi, ať Petřík ví, s čím si může hrát.
- Z daných hraček zakroužkuj žlutě tu, se kterou si hraješ nejraději.



9. Hry a zábavy

B. Kde si smím hrát?

- Porad' Žofce, kde si smí hrát. Dané místo vybarvi pastelkami.
- Poté jí vysvětlí, proč si nesmí hrát na ostatních místech, která jsou na obrázcích.



10. Cestování

Hra č. 2, 3, 4, 10, 11

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Jakými dopravními prostředky lidé cestují.
- Co je to MHD.
- Jaká pravidla by měli lidé dodržovat při jízdě v autě (pás, sedačka do 12ti let příp. výška do 150 cm, nerušit řidiče, nejezdit v kufru), MHD, autobuse, vlaku, letadle.
- Pravidla slušného chování v hromadných dopravních prostředcích (pouštět sednout starší a těhotné, nekřičet, nemluvit nahlas, neobtěžovat ostatní cestující, při nástupu nechat nejprve lidi vystoupit a až pak teprve nastupují já).

Pracovní list – řešení úkolu 10.A.:

Chlapeček se nechová správně na obrázku č. 2, protože nesedí v sedačce, nemá bezpečnostní pás, ruší řidiče křikem, hraním na flétnu a hrou s balonkem.

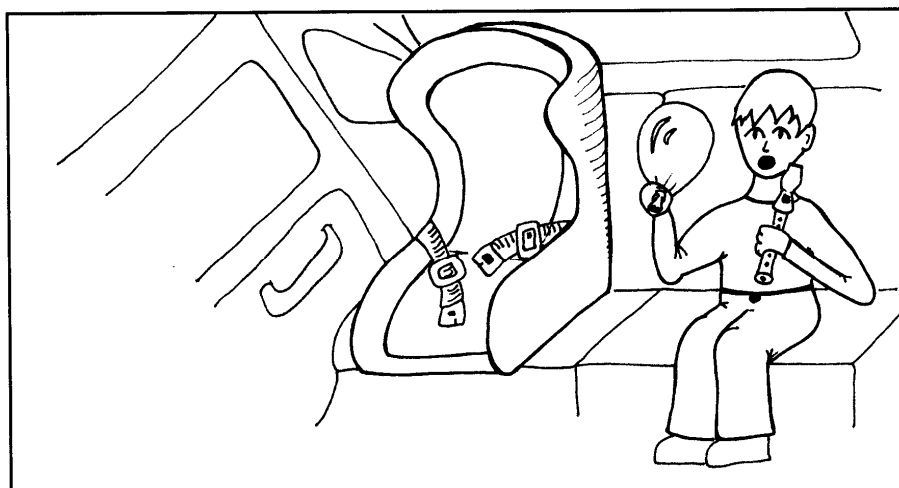
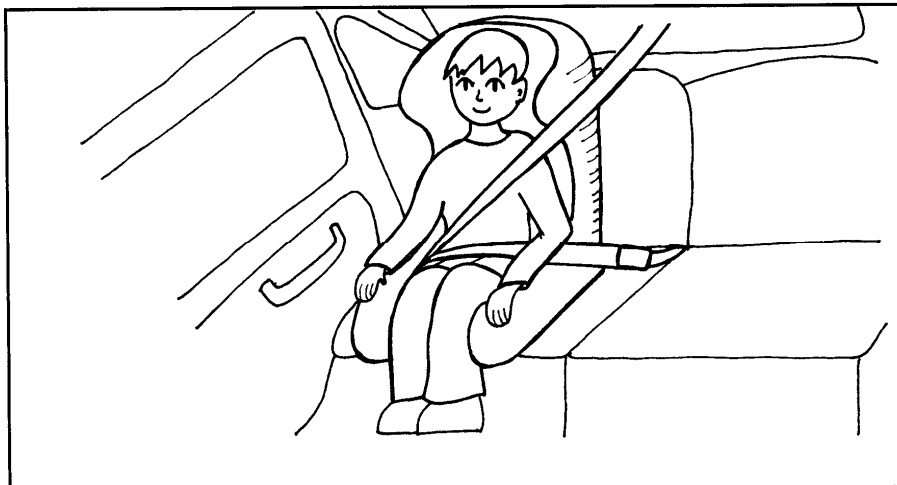
Otázky před a po:

1. Jakými dopravními prostředky jsi už cestoval?
2. Jaká jsou pravidla pro bezpečnou jízdu autem u dětí x dospělého?
3. Jaká jsou pravidla pro bezpečnou jízdu MHD?
4. Proč by ses za jízdy autem neměl bavit s řidičem nebo ho jakkoliv rušit, třeba křikem, hrou na flétnu, praskáním balónku apod.?
5. Můžeš jezdit v kufru auta, je to pro tebe bezpečné?

10. Cestování

A. V autě

- Vozíš se rád v autě? A víš, jak se máš chovat jako spolujezdec?
- Vybarvi obrázek, kde se chlapec chová správně.
- Červeně přeškrtni obrázek, kde se chlapec nechová správně a řekni proč.



B. V hromadných dopravních prostředcích

- Znáš ještě nějaké dopravní prostředky kromě auta? Nakresli některý! Jaká pravidla bys měl v jednotlivých dopravních prostředcích dodržovat?

LETNÍ OBDOBÍ

11. Koupání a letní sporty

Příběh č. 12; Hra č. 10, 12

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Kde se lidé mohou v létě koupat.
- Proč se nesmí lidé koupat za bouřky (nebezpečí úderu blesku do vodní hladiny – úmrtí).
- Jaká nebezpečí pro nás skrývá řeka, rybník, přehrada, moře, lom, bazén – proud, hloubka, kameny, kořeny, vlny, útesy, jezy, náhony, plavidla, živočichové apod.
- Proč nesmím skákat do neznámé vody (malá hloubka x velká hloubka, kameny...).
- Proč by lidé neměli chodit uřícení nebo rozpálení do vody (nebezpečí teplotního šoku).
- Pravidla bezpečného koupání – dohled dospělé osoby, ochranné pomůcky, neskákat do neznámé vody, dbát na bezpečí vlastní i ostatních osob, dbát pokynů plavčíka.
- Čím je pro nás nebezpečné sluníčko.

Pracovní list – řešení úkolu:

11.A. Péťa se může koupat v brouzdališti (dětském bazénu), je zde malá hloubka a na děti dává pozor plavčík. Ostatní místa jsou pro něj nebezpečná a mohl by se zde koupat pouze s pečlivým dohledem rodičů či jiných dospělých.

Nebezpečí v moři – vlny, hloubka, plavidla, živočichové (medúzy, ježovky); v rybníce – hloubka, kameny, výpusť, sinice; v řece – proud, hloubka, kameny, jezy, plavidla.

11.B. Věci na ochranu proti sluníčku – krém, sluneční brýle, slunečník, voda na pití, klobouk, tričko, ručník. Lze ještě dodat, že se v létě můžeme ochladit při koupání ve vodě nebo se schovat do stínu. Pokud bych se dlouho vystavoval sluníčku a nechránil se, můžu se spálit nebo můžu dostat úžeh.

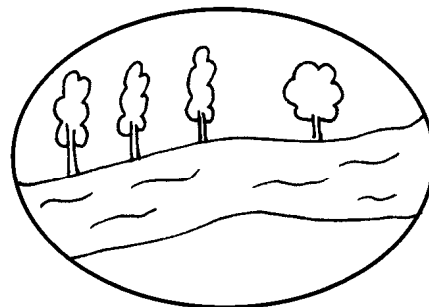
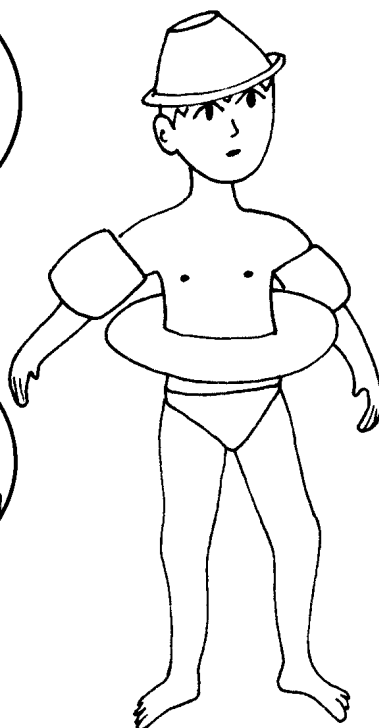
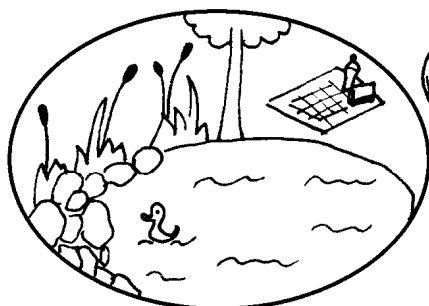
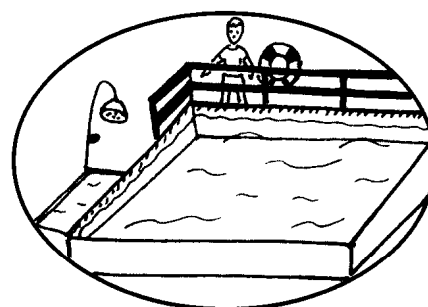
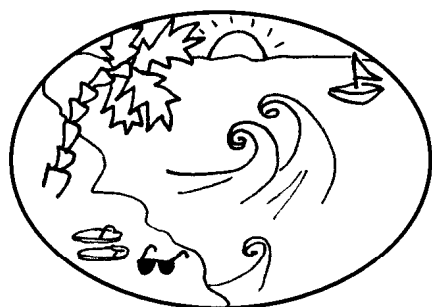
Otázky před a po:

1. Kde se lidé mohou koupat ve volné přírodě a na co by měli dávat pozor (rybník, řeka, lom, moře)?
2. Kdo je to plavčík a co má na starosti, kde ho najdete?
3. Proč nesmíš skákat do neznámé vody?
4. Jak ti může ublížit sluníčko?
5. Jmenuj 5 věcí, které tě ochrání před sluníčkem.

11. Koupání, letní sporty

A. Kde se můžu v létě koupat?

- Chodíš se v létě koupat? Vybarvi obrázek, kde se může malý Pěťa vykoupat a nehrozí mu nebezpečí. Do obrázků, kde by se mohl utopit, pokud by byl bez dozoru rodičů, udělej červený vykřičník. Znáš pravidla, která bys měl dodržovat, aby ses neutopil?
- Co pro tebe může být nebezpečné v přírodních vodních nádržích a tocích?

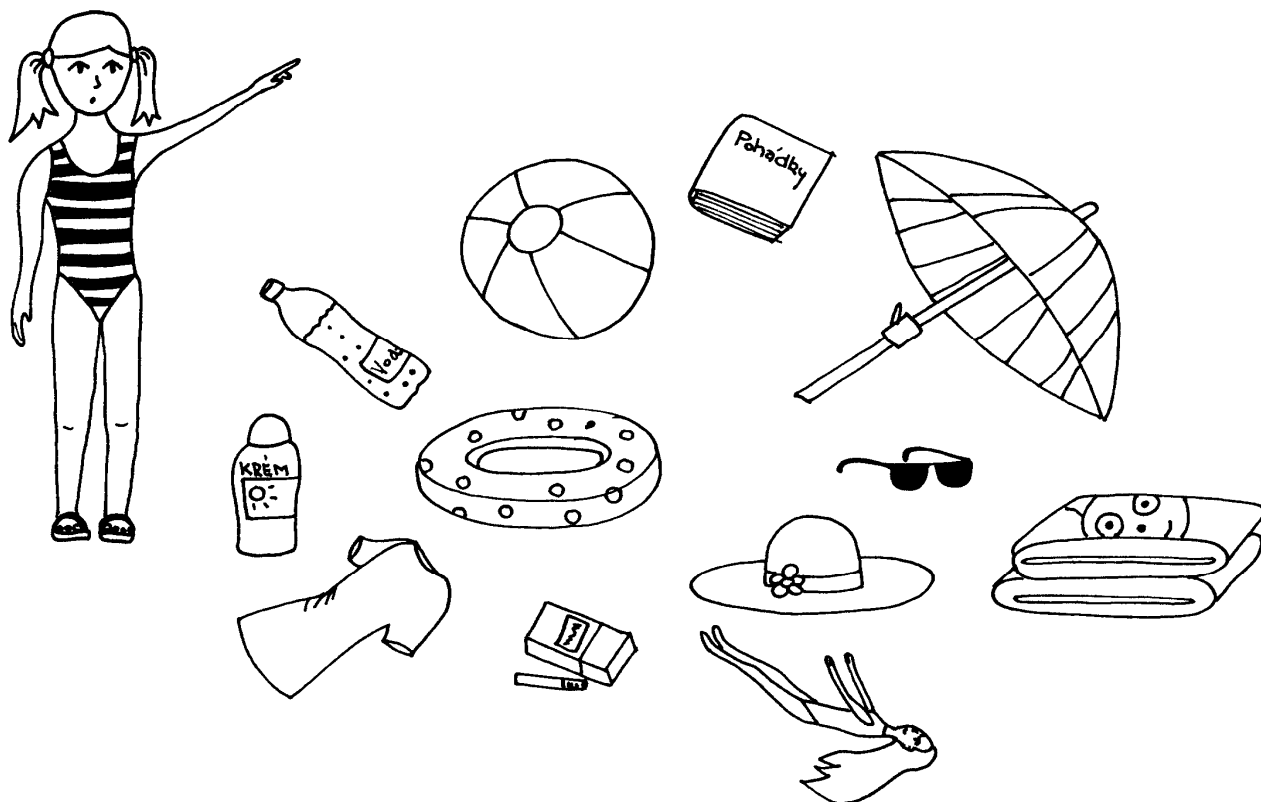
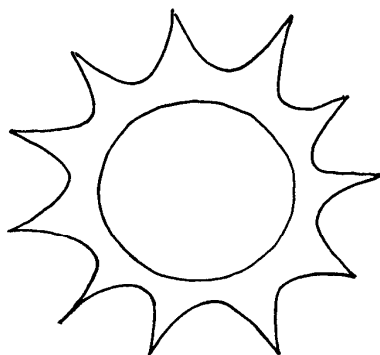


- Nakresli místo, kde se nejraději v létě koupeš ty.

11. Koupání, letní sporty

B. Nebezpečné sluníčko

- Co se může stát, kdybys dlouho ležel v létě na sluníčku?
- Víš, jak se můžeš před sluníčkem chránit, aby ti neublížilo? Porad' Aničce a vybarvi věci, které ji ochrání.
- Máš ještě nějaký nápad, co by Anička mohla dělat, aby se před sluníčkem ochránila?



12. Nebezpečí v přírodě

Příběh č. 3, 8, 13; Hra č. 7, 8, 9, 10, 12, 14, 15

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Jaké nepříznivé počasí nás může v létě zastihnout při pobytu venku – bouřka, vichřice, krupobití, déšť, mlha – čím je pro nás nebezpečné.
- Jak se chovat při bouřce.
- Proč nesmíme jíst neznámé plody, rostliny a houby v přírodě.
- Ukázat na obrázcích některé nebezpečné rostliny a houby.
- Jak chráníme přírodu, aby byla čistá a hezká.

Pracovní list – řešení úkolu:

12.A. Když tě zastihne v přírodě bouřka, nesmíš běhat, jezdit na kole, být na vyvýšených místech, zdržovat se pod vysokými či osamělými stromy, telefonovat, koupat se – mohl by do tebe uhořit blesk. Nejvhodnější je ukryt se do nějakého stavení, bezpečného přístřešku, nízkého lesíku, schoulit se do dřepu a vyčkat až bouřka přejde.

12.B. Nebezpečné rostliny a houby: konvalinka, muchomůrka červená a zelená, vraní oko čtyřlíst. Jedlé plody a houby: maliny, ostružiny, jahody, hřib, liška, borůvky.

K tomuto tématu můžete využít obrázky na zadní straně publikace.

Kdybych snědl něco jedovatého, mohl bych se otrávit, pak by se mnou museli rodiče jet co nejrychleji k panu doktorovi.

Informace k akutním otravám najdete na stránkách www.tis-cz.cz; telefon: 224 91 92 93 nebo 224 91 54 02.

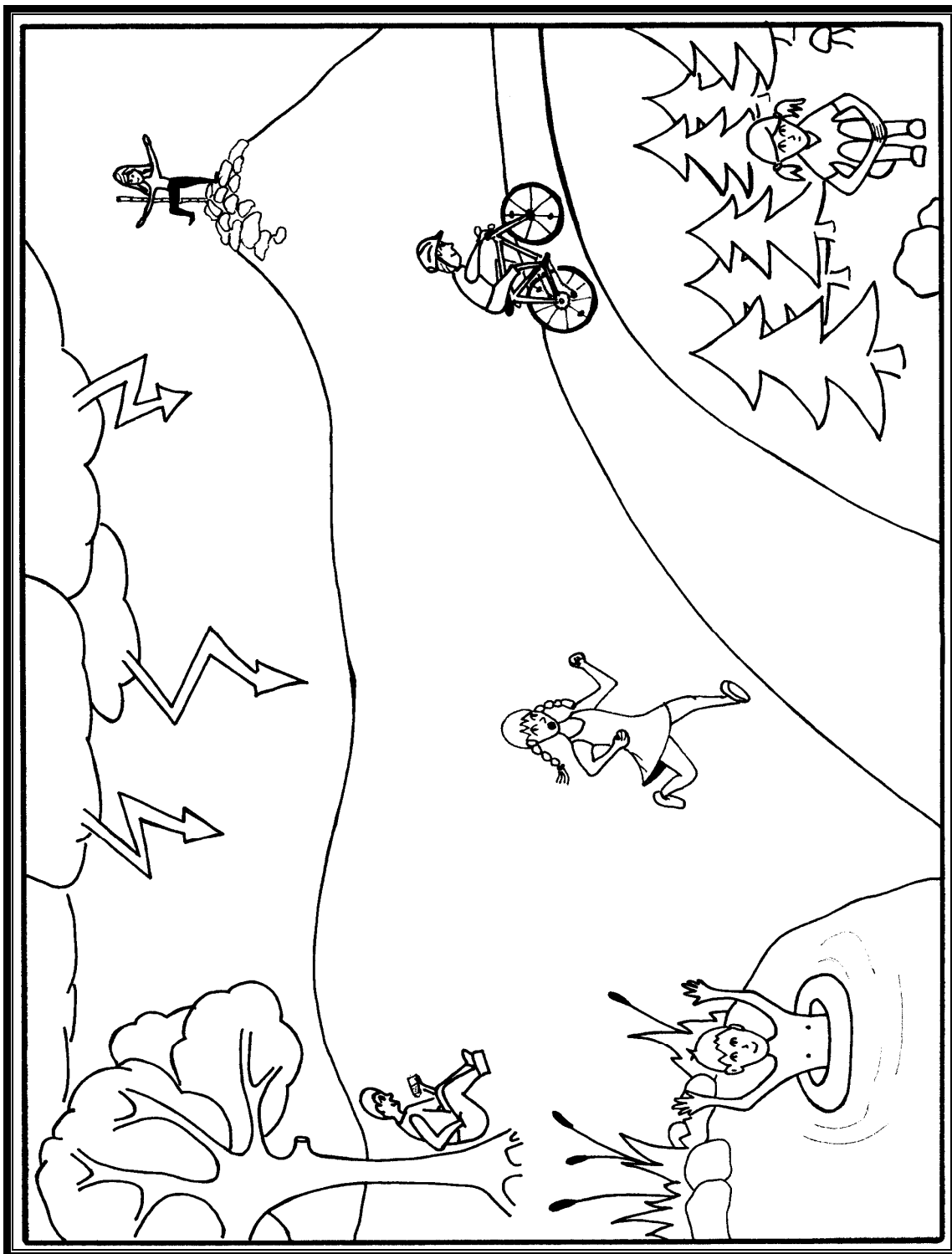
Otázky před a po:

1. Jak se zachováš, když tě venku zastihne bouřka? Co nesmíš dělat a proč?
2. Jak ti mohou ublížit jedovaté rostliny v přírodě? Jmenuj některé.
3. Znáš nějaké jedovaté houby? Jmenuj je.
4. Proč nesmíš lézt na stromy a skály?
5. Znáš pravidla, která musíš dodržovat v přírodě?

12. Nebezpečí v přírodě

A. Bouřka

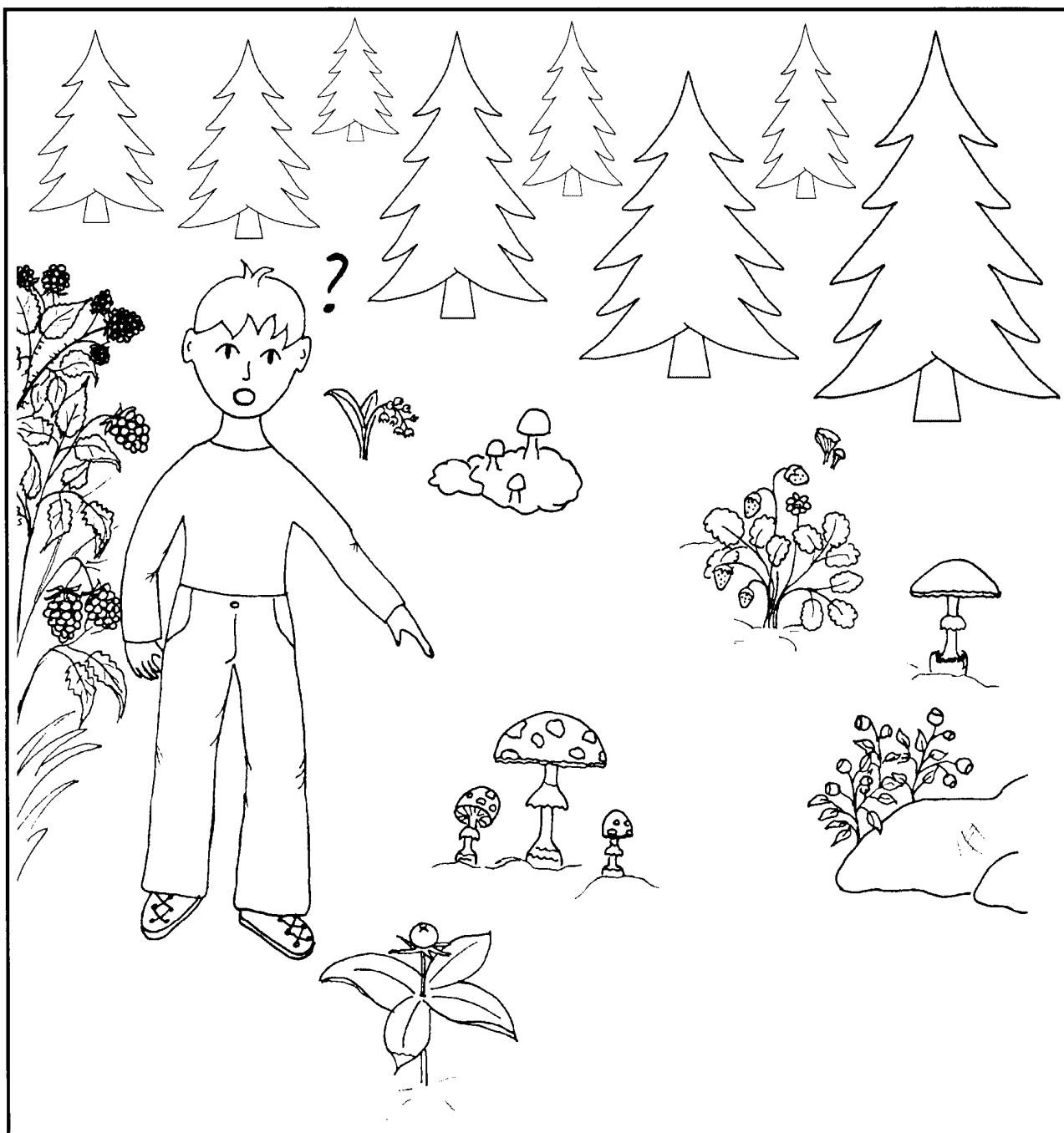
- Máš rád bouřku? Jak to venku vypadá, když je bouřka? Víš, jak by ses měl zachovat, kdybys byl venku v přírodě a zastihla tě bouřka?
- Prohlédni si obrázek, vymaluj ho. Červenou pastelkou přeškrtni lidi, kteří se nechovají správně. Toho, kdo se chová správně, zakroužkuj zelenou pastelkou (poradím ti, že je pouze jeden). Už víš, co je nebezpečné dělat při bouřce, pokud jsi venku?



12. Nebezpečí v přírodě

B. Nebezpečné rostliny a houby

- Už jsi byl někdy v lese? Znáš nějaké rostlinky nebo houby, co tam rostou? Můžeš v lese něco jíst? Co by se stalo, kdybys snědl něco jedovatého?
- Malý Péťa vyrazil do lesa. Porad' mu, co může dát do pusinky a co naopak nesmí. Nebezpečné plody přeškrtni červeně, aby sis na ně dal pozor.



13. První pomoc

Hra č. 16, 17, 18

V této kapitole je potřeba vysvětlit:

- Co to je první pomoc a kdy jí můžeme poskytnout (při jakémkoliv úrazu).
- Jaká jsou čísla tísňových volání (150 hasiči, 158 policie, 155 záchranná služba, 112 integrovaný záchranný systém).
- S čím nám pomohou jednotlivé složky záchranného systému.
- Co všechno je důležité říci do telefonu, když volám např. záchrannou službu.

Můžete si vymýšlet s dětmi různé modelové situace – jak se zachovám, kdyby se něco stalo rodičům, prarodičům, sourozenci, který mě hlídá...

Příklad: Jsem s babičkou na chatě, babičce se udělá špatně a omdlí. Mám k dispozici telefon a ve vedlejší chatě jsou sousedé. Jak se zachovám?

V této kapitole je vhodné předvést a prakticky si s dětmi vyzkoušet první pomoc při různých situacích (odření, popálení, opaření, vyvrtnutí, říznutí, zaražení ostrého předmětu do části těla, dušení, omdlení, zlomení...).

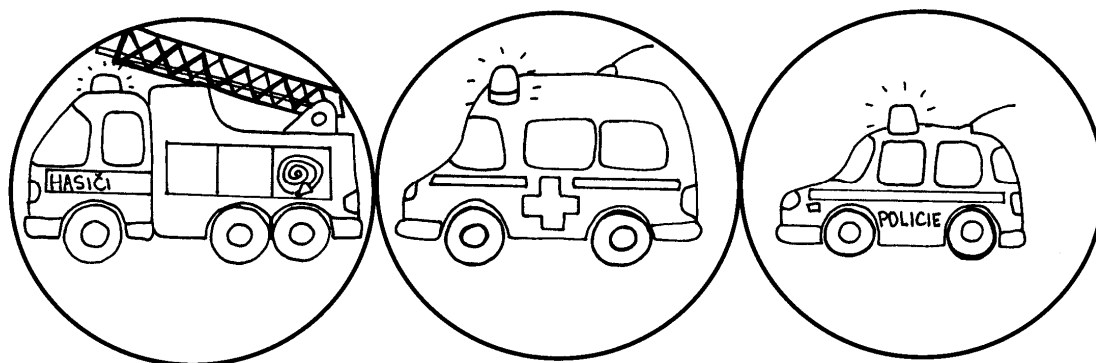
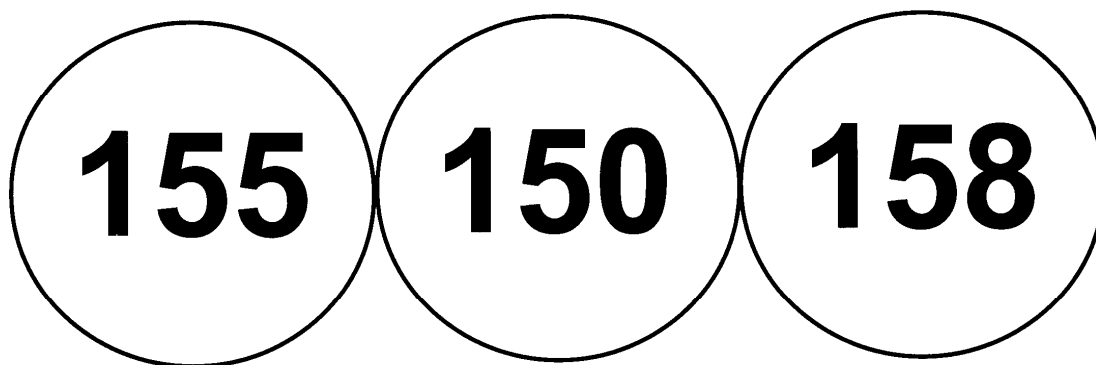
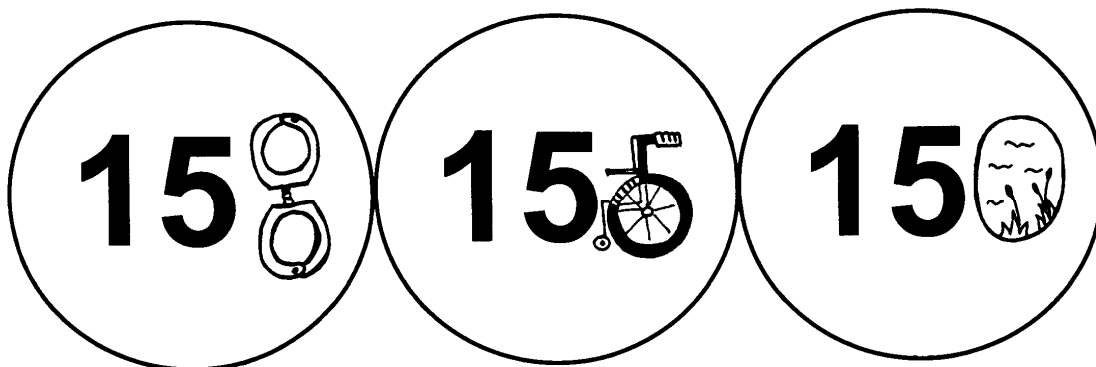
Otázky před a po:

1. Vyjmenuj čísla tísňových volání na hasiče, policii a záchrannou službu.
2. Co bys dělal, kdyby tě hlídala babička a náhle by omdlela a nešla by probudit?
3. Jaké informace musíš říct do telefonu, když voláš rychlou záchrannou službu? Kdo pokládá telefon jako první při volání na číslo tísňové linky, ty nebo dispečer? Proč?
4. S čím ti pomohou hasiči, policie, záchranná služba – jmenuj konkrétní situace, kdy bys jednotlivé složky volal?
5. Kdyby ti chytly kalhoty od ohně, jak bys oheň uhasil, aby ti neublížil?

13. První pomoc

A. Tísňová volání

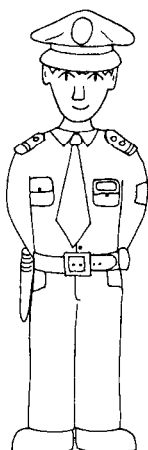
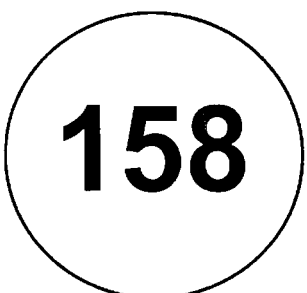
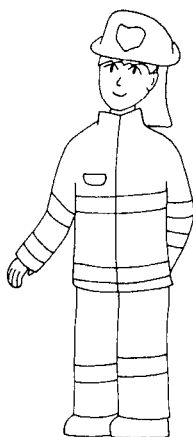
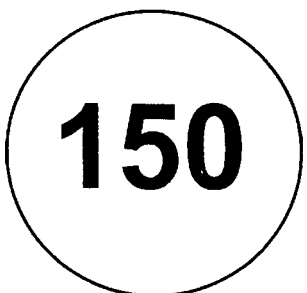
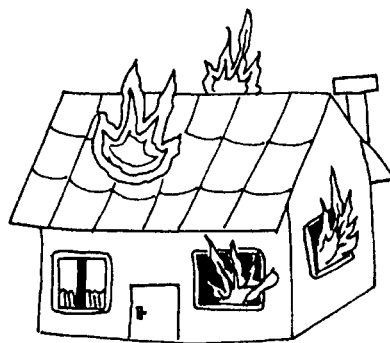
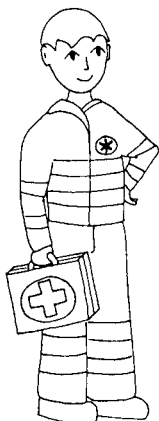
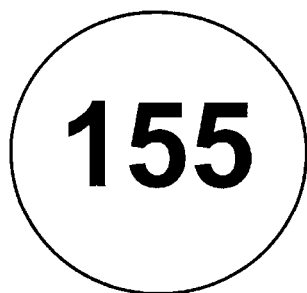
- Znáš nějaké situace, kdy potřebuješ pomoc od policie, pana doktora nebo hasičů? Jmenuj je.
- Znáš čísla, která bys volal, kdybys potřeboval někoho z nich? Pomůžeme ti, aby ses je naučil. Zkus si prohlédnout první kolečka s čísly a odhadni, které číslo patří komu. Poté je spoj s kolečky pod nimi, které se danému číslu nejvíce podobá a na závěr k číslům přiřaď obrázek, komu číslo patří. Kolečka, která k sobě patří, spojuj stejnou barvou. Vybarvi správně auto záchranné služby, policie a hasičů.



13. První pomoc

B. Koho bych přivolal?

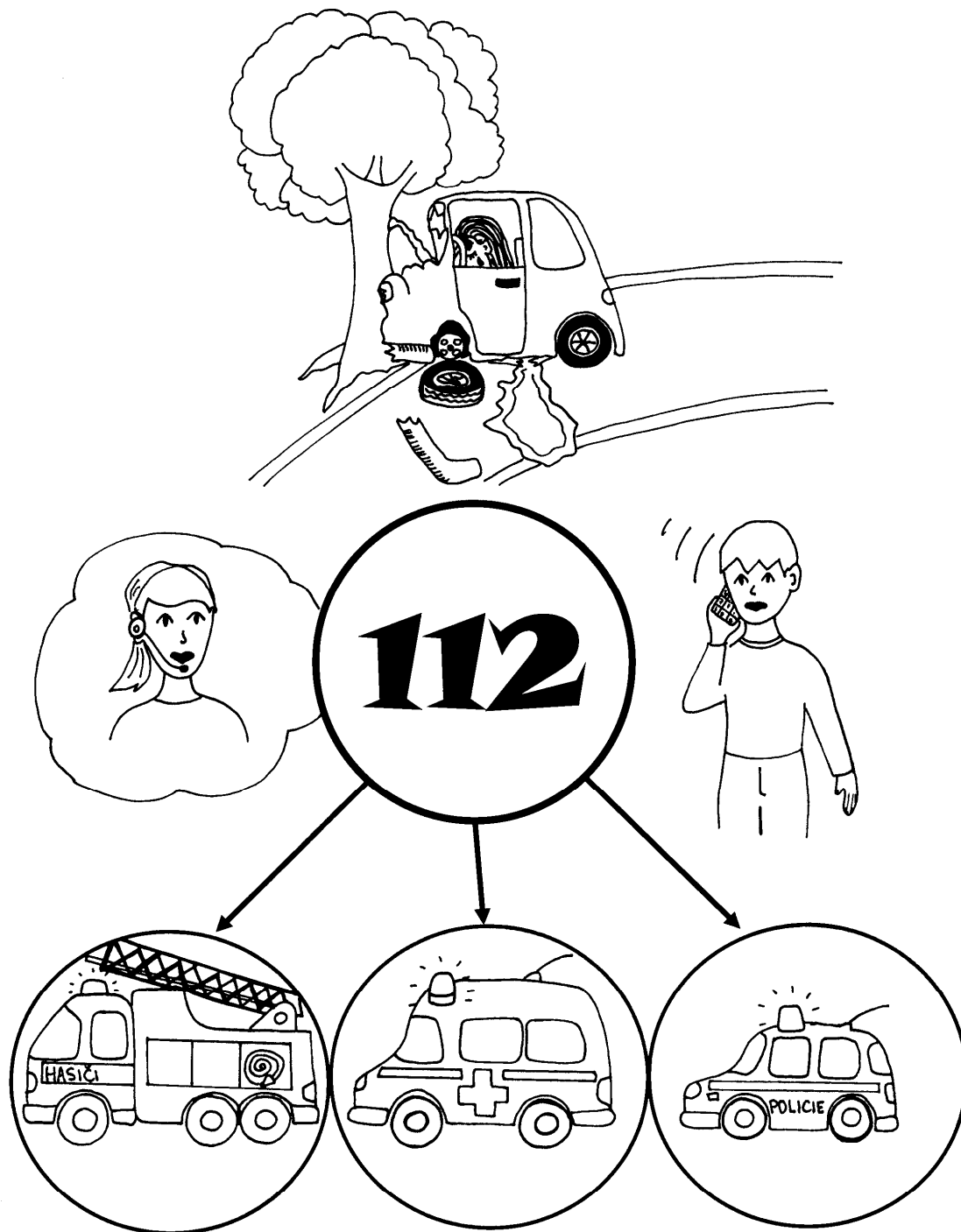
➤ Koho bys přivolal v těchto situacích? Spoj obrázky, jak k sobě patří.



13. První pomoc

C. Číslo 112

- Znáš číslo 112? Číslo 112 se volá, pokud potřebuješ všechny záchranné složky najednou, např. při dopravní nehodě. Můžeš ho vytočit, když si nejsi jistý, koho máš zavolat, nebo ho můžeš použít, když potřebuješ pomoc v nějaké cizí zemi (např. u moře v Chorvatsku).



Pomůcka pro zapamatování: 1 + 1 = 2

13. První pomoc

D. Nauč se vymačkat čísla na „klávesnici“

- Obtáhni jednotlivá čísla pastelkou a poté si je zkus namačkat na obrázku či telefonu.

158 155 150

1	2	3	1	2	3	1	2	3
4	5	6	4	5	6	4	5	6
7	8	9	7	8	9	7	8	9
*	0	#	*	0	#	*	0	#

- Nauč se říkat básničku k zapamatování těchto čísel:
„150 hasiči, oheň jenom zasyčí; 155 doktor jede hned; kdo 158 zavolá, policii přivolá.“

E. Nauč se přivolat odbornou pomoc

- Nauč se, které základní informace je nutné nahlásit, když budeš potřebovat pomoc:
 - musíš se představit;
 - říci, co se stalo (jaký úraz, jaká událost);
 - kde se to stalo (popsat místo co nejpřesněji);
 - pamatuj: hovor ukončuje operátor, nikdy nepokládej telefon jako první, nemusely by zaznít všechny potřebné informace!

PŘÍBĚHY

1. Cesta do MŠ
2. Půjčování hraček
3. Na pískovišti
4. Nebezpečný únos
5. Zásuvka
6. Léky
7. Otrava
8. Pes
9. Na rybníce se bruslí
10. Pyrotechnika
11. Nebezpečná jízda
12. V létě u vody
13. Nebezpečí v přírodě

1. CESTA DO MŠ

Anička byla s maminkou na návštěvě u svého kamaráda Matýska. Matýsek je o rok mladší než Anička, ale často si spolu hrají, protože jejich maminky jsou dobré kamarádky a bydlí ve stejném domě.

Anička si s Matýskem hrála v pokoji, zatímco maminky popíjely čaj v kuchyni a povídaly si.

Vtom Anička vběhla do kuchyně: „Teto, víš, že půjdu za týden do školky!?“

„Vím Aničko. To to uteklo, pamatuji si, jak jsi byla ještě malé miminko a vozila jsem tě v kočárku a teď už je z tebe velká holka, která půjde do školky,“ povzdechla si teta.

„Dnes se půjdeme s maminkou podívat, kudy budu do školky chodit, a zároveň mi maminka ukáže, jak vlastně ta školka vypadá,“ dodala nadšeně Anička.

Matýsek, který stál v tu chvíli vedle Aničky, začal hned žadonit: „Maminko, prosím, prosím, já se chci jít také podívat s Aničkou, jak vypadá školka. Půjdeme s nimi, že jo?“

Teta se zasmála: „Co s tebou mám dělat, tak půjdeme s nimi. Venku je krásné počasí, uděláme si pěknou procházku.“

„Huráá, huráá!“ křičeli Matýsek s Aničkou.

Všichni se oblékli a společně vyrazili po cestě k mateřské školce.

„Aničko, dávej dobrý pozor, kudy půjdeme. Ukážu ti nebezpečná místa, kde by se ti mohlo něco stát a kde musíš dávat velký pozor. Sice budu chodit do školky s tebou, ale je dobré, když to budeš znát,“ řekla maminka.

Po chvíli chůze došli všichni k silnici, kde jezdilo hodně aut. „Tady musíme přejít silnici na druhou stranu,“ řekla maminka.

„Ale jak, když tady jezdí tolik aut?“ zeptala se ustaraně Anička.

Maminka ji uklidnila: „Nemusíš se bát, tady je pro chodce udělaný přechod. Jsou to ty velké bílé obdélníky na silnici.“

„Jé, to vypadá jako zebra, kterou jsme tuhle viděli v zoologický!“ zasmála se Anička. „Přesně tak, a také se tak přechodu pro chodce někdy říká,“ dodala maminka. „Přechod je ještě označený modrou značkou s černým panáčkem v bílém trojúhelníku. Tato značka je důležitá i pro řidiče aut, aby věděli, že tady přecházejí lidé a dali si pozor, aby někoho nesrazili,“ zdůraznila maminka.

„Tak, a teď společně přejdeme. Musíme si stoupnout ke kraji chodníku a pořádně se rozhlédnout, zda nejede auto, to je velice důležité! Podíváme se na jednu stranu, na druhou a pak ještě jednou na jednu stranu (doleva, doprava a zase doleva), než vstoupíme na silnici,“ řekla maminka. „Klidně se můžete rozhlédnout i vícekrát, abyste se ujistili, že opravdu nejede auto,“ zdůraznila teta.

„Když vidíte, že nic nejede, tak můžete rychle silnici přejít,“ dodala maminka. Jak stáli na přechodu a rozhlíželi se, zastavilo u přechodu auto. Maminka Aničky říká: „Teď můžeme přejít.“ Ale Anička se bránila, že to není pravda, protože na silnici je auto a chtěla, aby všichni zůstali stát. Maminka s tetou však vzaly děti za ruce a rychle silnici přešly. Pak maminka Aničce vysvětlila, že auta by správně měla chodcům dávat přednost, když je vidí stát u přechodu a zastavit. Ale že ne všichni řidiči toto dodržují.

„Pokud je velký provoz, je dobré stát u přechodu, dokud auto úplně nezastaví a pan řidič vám nedá najevo, že můžete přejít. Důležité ještě je, aby člověk dával pozor na oba jízdní pruhy, protože jak určitě dobře víte, auta nejedí pouze v jednom pruhu jedním směrem, ale jezdí i v druhém pruhu opačným směrem. Takže pokud chcete přejít silnici a z obou stran jedou auta, musíte počkat, až zastaví obě auta a teprve pak můžete v klidu přejít.“

„Kdo mi poví, co že je nejdůležitější, když přecházím silnici?“ zeptala se Aniččina maminka.

„Pořádně se rozhlédnout!“ křičel malý Matýsek.

„Výborně,“ chválila ho teta a dodala: „A kdybyste někdy chtěli přejít silnici, kde není přechod, tak je to podobné. Akorát auta nemají povinnost dát vám přednost, takže nečekejte, že vám někdo zastaví. Důležité je se pořádně rozhlédnout a když nic nejede, rychle přejít!“

Pokračovali dál po chodníku kolem fotbalového hřiště. Pak přišli k silnici, kterou měli opět přejít po přechodu. Anička hned říká: „Teď se rozhlédnu na jednu stranu, na druhou stranu, a ještě

jednou na jednu stranu a nic nejede, tak můžeme jít.“ Ale maminka jí zarazila a ukázala naproti na dva panáčky na semaforu. „Vidíš ty dva panáčky?“ zeptala se. „Vidím, a co má být?“ odpověděla Anička.

„Tihle dva panáčky jsou moc důležití. Tady totiž určují oni, jestli můžeš přecházet silnici nebo ne.“

„A jak to dělají?“ zeptali se udiveně Anička i Matýsek.

„Když svítí ten horní, červený panáček, musíš zůstat před přechodem stát.“

„I když nic nejede?“ ptala se Anička.

„I když nic nejede. Červený panáček znamená stůj. Až když se rozsvítí ten dolní, zelený panáček, můžeš přejít na druhou stranu. Ale je dobré se ještě rozhlédnout!“

„Ten dolní má nakročenou nožičku!“ volal Matýsek a pak se smutně zarazil: „Ale já asi nepoznám červenou a zelenou barvu.“ To bylo něco pro Aničku. Hned mu to začala vysvětlovat: „Červenou barvu má třeba jahůdka nebo rajčátko.“

„Nebo můj kyblíček, co nosím na písek!“ vykřikl Matýsek.

„Správně,“ přikývla teta.

„A zelená je třeba tráva nebo hrášek.“

„Nebo moje kalhoty,“ dodal Matýsek.

„Tak a teď si to pěkně vyzkoušíme,“ řekla teta.

„Dobře,“ souhlasily děti.

„Svítí červená, stojíme. Teď je zelená. Raději se ještě pořádně rozhlédneme. Nic nejede, můžeme jít!“ řekla Aniččina maminka. Děti se chytly za ruce a kráčely po zebře na druhou stranu.

„To bylo super!“ prohlásila Anička. „To mě baví.“ Potom se zamyslela: „Ale co když auta nebudou vědět, že mi svítí zelený panáček a přejedou mě?“

„To se nemůže stát,“ uklidnila jí maminka. „Auta mají také své semaforey. Když pro chodce svítí zelená, autům svítí červená. My jdeme, auta stojí.“

„Aha, když nám svítí červené světlo, autům svítí zelené. My stojíme a auta jedou,“ pokývala Anička hlavou. Chvilku pozorovala s Matýskem semaforey, ale pořád se jí něco nezdálo.

„Jenže teď jim nesvítí ani červené světlo, ani zelené světlo, ale oranžové.“

Matýsek se hned zase ptal, jak vypadá oranžová barva. „To je jako pomeranč nebo mandarinka,“ řekla Anička.

„Na semaforu pro auta je tahle barva navíc. Znamená to pro řidiče pozor, bude změna barvy,“ vysvětlila jim teta.

„To je dobře vymyšlené,“ pochvalovala si Anička s Matýskem.

Děti si chtěly přecházení na semaforu ještě vyzkoušet, ale maminka s tetou jim řekly, že si to zkusí, až půjdou zpátky. Teď už jsou blízko u školky, tak se půjdou podívat prvně tam.

Otázky:

1. Jak říkáme přechodu pro chodce?
2. Jak vypadá přechod pro chodce?
3. Co musíme udělat nejdříve, když chceme přejít silnici?
4. Co by se mohlo stát, kdybychom se nerozhlédli?
5. Zastavují řidiči vždy před přechodem? Měli by?
6. Jmenujte věci, které mají barvu červenou, zelenou, oranžovou.
7. Jaká barva svítí na semaforu, když můžeme přejít silnici?
8. Měli bychom se rozhlédnout, i když svítí zelený panáček?
9. Je správné, když někteří řidiči jedou na červenou?

2. PŮJČOVÁNÍ HRAČEK

Ráno vběhla Anička do pokoje k mamince a naléhavě křičela: „Maminko vstávej, ať nepřijdeme dnes pozdě!“ Maminka se vzbudila, usmála se a uklidnila Aničku, že se nemusí bát, že mají ještě

spoustu času. Pro Aničku je dnešní den velmi významný, jde totiž poprvé do mateřské školky a velmi se těší.

Anička radostně pobíhala v pyžamu po bytě a přemýšlela, co si všechno s sebou vezme. Maminka chystala mezitím v kuchyni snídani. V tom zahlédla Aničku, jak vesele pobíhá po chodbě. „Já myslela, že už jsi dávno umytá a oblečená a ty si tu zatím pobíháš neupravená jen v noční košili,“ překvapeně říká maminka. „Ale vždyť jsi říkala, že máme ještě hodně času,“ fňukla Anička a odešla našťvaně do koupelny. Když se umyla, šla do pokojíčku a oblékla si věci, co si nachystala spolu s maminkou předešlý večer – žluté tričko a krásnou červenou sukýnku. Potom se společně s maminkou nasnídaly, vyčistily si zoubky, maminka ještě Aničce upletla z vlasů dva copánky a vyrazily do školky.

Paní učitelka je už vítala ve dveřích. Ukázala Aničce šatnu, její skříňku na věci a poslala ji hrát si za ostatními dětmi, které přišly do školky dříve než ona. Anička chvilku děti pozorovala a pak začala přemýšlet, s čím by si mohla hrát. Zalíbila se jí okatá panenka, která seděla v kočárku. Zamířila k ní, ale ve chvíli, když ji brala do náruče, přiběhl Martínek, který byl ve školce také první den, a vytrhl jí panenku z ruky. „Teď si s tou panenkou chci hrát já, přišla jsi pozdě,“ křikl. Anička se lekla, ale nechtěla se panenky vzdát. Začala se s Martínkem o ni přetahovat a hádali se, kdo u ní byl první. Po chvíli přetahování Anička upadla na zem a bouchla se do hlavy. Martínek se jen vítězně zasmál a byl spokojený, že souboj vyhrál. Anička se chytla za hlavu a s pláčem utekla do šatny v domnění, že tam ještě najde maminku a bude s ní moci odejít domů. Maminka už ale v šatně nebyla. Uplakané Aničky si hned všimla paní učitelka a starostlivě se jí vyptávala, co se jí přihodilo. Anička jí všechno pověděla.

Paní učitelka vešla do třídy a zavolala si Martínka k sobě. „Martínku, co jsem to slyšela!? Ty se pereš s Aničkou o hračky?“ řekla přísně. Martínek sklopil hlavu a zastyděl se. Paní učitelka zavolala všechny děti, aby jim vysvětlila, že o hračky se prát nesmí. Že by je nikdo ve školce neměl rád a neměly by ani žádné kamarády. „Hračky mají dělat dětem radost a děti by se o ně neměly hádat. Hodné děti si hračky půjčují a hrají si s nimi společně, netahají se o ně, protože je to nebezpečné a mohlo by se jim něco vážného stát. Anička měla dnes štěstí, že má jen malou bouli na hlavě, ale kdyby spadla třeba na roh stolu, mohlo to dopadnout daleko hůř,“ dodala na závěr paní učitelka. Pak, opět s úsměvem na tváři, řekla Aničce a Martínkovi, ať si podají ruce na usmířenou, přestanou se na sebe mračit a jdou společně uklidit hračky, protože se blíží čas na ranní svačinu.

Otázky:

- 1. Co byste měli udělat, než si od někoho půjčíte hračku?*
- 2. Je správné se o hračky hádat?*
- 3. Perete se někdy o hračky?*
- 4. Zachoval se Martínek správně, když se začal s Aničkou o hračku přetahovat? Co se mohlo stát?*
- 5. Půjčíte kamarádovi hračku, se kterou si hrajete a on si s ní chce hrát také?*
- 6. Umíte si po sobě hračky uklidit?*
- 7. Jak se lidé usmířují, když si udělají něco špatného?*

3. NA PÍSKOVIŠTI

Bylo krásné nedělní odpoledne a Anička s Matýskem si hráli u domu na pískovišti. Maminka s tetou seděly na lavičce kousek od nich a vesele si povídaly.

Aničku najednou přestalo bavit dělat bábovičky a přemýšlela, co zábavnějšího by mohla na pískovišti dělat. „Pojď, dáme si závody, kdo rychleji vyhloubí větší díru,“ řekla Matýskovi.

Oba začali s velikým nasazením hloubit lopatičkou díru, až létal písek mimo pískoviště. Když už Aničce chybělo málo k vítězství, hrábla naposledy lopatičkou do díry a spolu s pískem vytáhla

injekční stříkačku. „Matýsku, podívej, co mám!“ „Ukaž, dej mi to!“ chtěl jí Matýsek stříkačku vzít. „Nedám,“ a schovala si ji za záda. V tom však Anička vykřikla: „Au!“ a upustila stříkačku na zem. Hned utíkala za maminkou, držela si ručičku a plakala. „Co se stalo Aničko?“ ptala se vyděšeně maminka.

„Píchl jsem se do ruky, když jsem kopala díru v písku.“

„Ukaž, podívám se na to,“ řekla maminka. „Jejeje, máš tam krev, něco tě opravdu píchl. Musíme se jít podívat, o co ses píchl!“

Když přišla maminka s tetou k pískovišti, vyděšeně koukaly, Matýsek držel stříkačku v ruce a prohlížel si jí. „Hned to zahod, Matýsku!“ křikla teta. Matýsek se lekl a stříkačku zahodil. „Nepíchl ses také?“ ptala se starostlivě teta. Matýsek začal leknutím popotahovat a kroutil hlavou, že ne.

„Injekční stříkačka, to může být velmi nebezpečné,“ lekla se maminka. „Musím ti poranění hned vymýt a vydezinfikovat, pojďme rychle domů. Než dojdeme domů, ranku si nedrž a nech ruku volnou.“

„Injekční stříkačka na pískovišti, to je strašné! Určitě ji tu odhodili nějakí lidé, kteří berou drogy,“ řekla rozčileně Matýskova maminka. „Musím varovat ostatní děti, aby byly na písku opatrné a nedotýkaly se věcí, které na písek nepatří.“ Pak pobídla Matýska, aby si vzal své věci a mohli jít také domů.

Vzala opatrně stříkačku papírovým kapesníkem a dala ji do prázdné PET láhve, ve které bylo původně pití pro Matýska. „Musím ji odnést, aby se o ni ještě někdo neporanil.“

„A kam ji dáš, maminko?“ zeptal se Matýsek.

„Nejlepší je předat ji policii, tak až dojdeme domů, zavolám jim, ať si pro ni přijedou.“

„A proč jí nevyhodíš do koše?“ ptal se Matýsek. „Protože kdybych jí vyhodila do koše, mohl by se o ni poranit pan popelář, když by koš vysypával,“ odpověděla teta.

Mezitím maminka doma Aničece ranku pečlivě vymyla mýdlem a vydezinfikovala. Aj, to to páli! Ale Anička byla statečná a všechno vydržela.

„No nic Aničko, bohužel musíme jet ještě k paní doktorce. Píchnout se o injekční stříkačku je vážná věc,“ řekla smutně maminka. „Paní doktorka nám poradí a vyšetří tě, jestli ses nenakazila nějakou nemocí.“

Naštěstí nakonec všechno dobře dopadlo. Anička na tuto příhodu nikdy nezapomene a od té doby ví, že najde-li pohozenou injekční stříkačku, nebude ji brát do ruky. Zavolá maminku nebo někoho z dospělých a ti se postarají, aby se o ni nikdo neporanil.

Otázky:

- 1. Co uděláte, když najdete pohozenou injekční stříkačku?*
- 2. Kde všude byste ji mohli najít?*
- 3. Kdo by ji mohl pohodit venku?*
- 4. Můžete si s ní hrát?*
- 5. Může ji dospělý vyhodit do odpadkového koše? Proč ne?*
- 6. Co se může stát, když se poraníte o jehlu?*
- 7. Co je důležité udělat, když se poraníte o použitou injekční stříkačku?*
- 8. Můžete sbírat venku nedopalky cigaret a strkat je do pusy?*
- 9. Když najdete na pískovišti pohozené láhve od alkoholu, můžete si s nimi hrát, případně nedopitý alkohol dopít?*

4. NEBEZPEČNÝ ÚNOS

Na školní zahradě bylo rušno. Paní učitelky vymyslely pro děti zábavný den plný her a soutěží. Kdo zrovna nesoutěžil, tak fandil. Několik dětí místo fandění jen tak postávalo a pozorovalo neznámého pána, který stál za plotem a vše pozorně sledoval. Chodil sem tam a nakukoval do zahrady. Po chvíli přistoupil k plotu a zavolal na ně.

„Děti, pojdte mi říct, co se to tady dneska děje.“

Děti volaly: „Máme dnes zábavný den a soutěžíme a hrajeme si.“

Pán ale kroutil hlavou a naznačoval, že neslyší a ukazoval rukou, ať jdou k němu děti blíž. Děti přiběhly až k plotu a všechno pánovi zopakovaly. Pán se usmál a vytáhl z kapsy hrst bonbónů.

„Podívejte se, co mám!“

„A to si můžeme vzít?“ ptal se malý Martínek.

„No jasně, můžete, to je všechno pro vás,“ odpověděl cizí pán. „Jen si vezměte. Já mám děti moc rád. Doma mám roztomilého pejska a kočičku a také spoustu úžasných hraček. Chtěly byste je vidět?“ usmíval se a hladil děti po vláskách.

„Jo, ale nesmíme odejít ze školky, protože by se paní učitelka moc zlobila,“ řekla Anička.

„Vždyť budeme za chvíli zpátky a paní učitelka si ani nevšimne, že jste byly pryč,“ přesvědčoval děti neznámý člověk.

„My fakt nemůžeme,“ odpověděla Verunka a odběhla s Aničkou a Martínkem zpátky za ostatními dětmi.

U plotu zůstal stát jen jeden chlapeček. „Jak se jmenuješ?“

„Jáchymek,“ odpověděl stydlivě chlapeček.

„Tak pojd' se mnou alespoň ty, tamhle v plotě je díra. Prolezeš ven, ukážu ti zvířátka, pohrajeme si a budeme hned zpátky.“

Jáchym prolezl dírou v plotě, muž ho popadl do náruče a rychle utíkal pryč. Jáchym začal hned brečet a hlasitě křičel: „Já chci zpátky do školky! Pomóóó!“

„Buď zticha,“ křikl na něj ten muž a zakryl mu pusou rukou. Už vůbec nebyl přátelský.

Jáchymův křik zaslechla paní učitelka, a když viděla, co se děje, hned za mužem vyběhla ze zahrady. Volala na ostatní lidi, ať toho muže zastaví, že unesl dítě.

Měla štěstí. Muž se nevyhnul partě mladých studentů, kteří mu zastoupili cestu. Když viděl, že se ho snaží chytit, postavil Jáchyma na zem a chtěl jim utéct. Oni naštěstí byli rychlejší a bylo jich víc, tak ho celkem bez problémů chytili a drželi ho, než přijela policie, kterou mezitím zavolal jeden z nich.

Paní učitelka přiběhla k Jáchymovi a konejšila ho: „Neboj se, už se ti nic špatného nestane, nikdo ti neublíží,“ objímala ho a tiskla do náruče.

„Mnohokrát vám děkuji, velmi jste mi pomohli!“ obrátila se na statečné studenty.

Pak se vrátila s malým Jáchymem v náručí do školní zahrady. Během cesty se Jáchym uklidnil. Po návratu řekla vystrašeným dětem: „Děti, Jáchymovi hrozilo velké nebezpečí. Ten cizí muž mu chtěl ublížit. Nebýt těch šikovných studentů, kteří mi pomohli Jáchyma zachránit, kdoví, jak by to s ním dopadlo. Důrazně vás upozorňuji, abyste nikdy nechodily někam s lidmi, které neznáte a ani si od nich nic nebraly, např. bonbóny nebo jiné dárky, mohlo by to s vámi špatně dopadnout.“

Děti z toho byly vyděšené, ale nakonec se mezi sebou rozpovídaly a ujišťovaly se, že nikdy s žádným cizím člověkem nepůjdou, i kdyby jim sliboval cokoli.

I malý Jáchymek už věděl, že udělal chybu.

Otázky:

1. *Co byste dělali, kdyby vás někam zval cizí člověk?*
2. *Co by se mohlo stát, kdybyste odešli s cizím člověkem?*
3. *Je dobré bavit se s lidmi, které neznáte?*
4. *Vzali byste si od cizího člověka bonbón nebo nějaký dárek? Proč?*

5. ZÁSUVKA

„Babičko, tak už jsme tady!“ volala radostně Anička, sotva otevřela branku do zahrady. Babička zrovna pracovala na zahrádce a hned je běžela přivítat. Vzala Aničku do náruče a pořádně ji objala. „Babi, víš, že tady s tebou budu celý víkend?“

„To víš, že to vím a moc se na to těším.“

„Aničko, buď hodná, nezlob a se vším babičce pomáhej,“ řekla maminka při odjezdu, když se s nimi loučila. Anička souhlasně pokývala hlavou.

Druhý den celé dopoledne přšelo. Anička si hrála s panenkami a babička seděla v křesle a pletla.

„Co to, babi, děláš?“ vyzvíдалa Anička, protože ještě nikdy neviděla nikoho plést. „Pletu ti svetr.“

„Jé, a naučíš mě to také?“

„Naučím, ale až budeš větší. Teď by to pro tebe bylo ještě moc těžké,“ odpověděla babička.

„A můžu si aspoň hrát s těmi barevnými jehlicemi, které nepoužíváš? Jenom bych dělala, že pletu, prosím.“

„Ne, ne, Aničko, jehlice nejsou na hraní. Mohla by sis s nimi ublížit,“ odpověděla babička.

Anička byla našťvaná a přemýšlela, jak by se k jehlicím dostala.

„Jejej, to je hodin, musíme jít vařit oběd. Skočím do sklepa pro brambory. Ty tady mezitím počkej, já se hned vrátím. Pak mi pomůžeš s vařením, souhlasíš?“ zeptala se babička.

„Jasně babi,“ odpověděla Anička. Hned jak babička zavřela dveře, už byla Anička v pouzdru na jehlice. Těch bylo! A takové barevné. Anička si vybrala žlutou a modrou. Chvilí dělala, že plete, ale to jí moc nebavilo. Tak začala vymýšlet, co s nimi. Rozhlížela se po pokoji a její pohled zabloudil na elektrickou zásuvku. „Jé, tam jsou dvě dírky, jestlipak se tam ty jehlice vejdou?“ Vzala jednu jehlici a chystala se ji zastrčit do zásuvky. Vtom se babička vrátila ze sklepa a vyděšeně vykřikla: „Aničko, ne!“

Anička se lekla, upustila jehlici na zem a začala hlasitě brečet.

„Pojď ke mně,“ řekla mírně babička. „Nestalo se ti nic?“ Anička zakroutila hlavou, že ne. „Přestaň brečet a poslouvej mě. Tohle je zásuvka, ve které je elektrický proud. Kdybys do ní strčila kovovou jehlici, mohla bys být mrtvá.“

„Mrtvá? Jak to?“ divila se Anička.

„Kovové věci vedou elektrický proud, takže by z té zásuvky protekl proud do jehlice a pak, protože jsi ji držela v ruce, by pronikl proud do tebe a mohl by tě zabít,“ řekla babička.

„Já už si s jehlicemi hrát nebudu, slibuji babi!“ prohlásila Anička.

Pak se zamyslela: „A babi, jak poznám, že je někde elektřina?“

„To nepoznáš, ta není vidět.“

„A na co je elektřina?“ vyzvíдалa Anička. „Elektřina je v dnešní době velice důležitá a lidé by se bez ní neobešli. Díky ní můžeme svítit, vařit, topit, telefonovat, dívat se na televizi, hrát si na počítači apod. Dospělí lidé umí elektřinu využít, a vědí, jak s ní mají zacházet, aby jim neublížila.“

„Babi, až budu velká, budu to také vědět?“ „To víš, že ano, všechno se naučíš,“ řekla babička.

„Do té doby se raději nedotýkej elektrických zásuvek, šňůr od elektrických spotřebičů a ani drátů, které jsou pohozené někde venku. A také nikdy nesahej na elektrické spotřebiče mokrýma rukama, a už vůbec ne, když se koupeš ve vaně.“

„Dobře, babičko, a už se na mě nezlobíš?“ „To víš, že ne, jen jsem se strašně lekla. Tak pojď, jdeme vařit oběd.“

Otázky:

1. *Můžete sahat do zásuvek nebo do nich něco strkat?*
2. *Co říkala babička Aničke, že je nebezpečné dělat?*
3. *Proč je elektřina nebezpečná, jak vám může ublížit?*
4. *Jaké elektrické spotřebiče znáte?*
5. *Jaké elektrické spotřebiče vidíte kolem sebe?*
6. *Proč je pro nás elektřina důležitá?*

6. LÉKY

Maminka ráno budila Aničku: „Vstávej, Aničko, musíme jít do školky.“

„Maminko, mně není dobře, všechno mě bolí, motá se mi hlava a je mi hrozná zima. Já nikam nejdu!“ zašeptala Anička.

Maminka jí sáhla na čelo. „Ty celá hoříš, asi máš horečku. Zůstaň ležet v postýlce, musím ti změřit teplotu.“ Anička bez řečí zůstala v posteli. Maminka jí strčila pod ruku teploměr. „Brr, ten je studený,“ otrásla se Anička. „To zvládneš, za chvíli se zahřeje. Prohlédneme si mezitím nějakou pěknou obrázkovou knížku, aby ti to rychleji uteklo.“ Maminka se po chvíli na teploměr podívala: „Třicet devět a půl! To je hodně vysoké.“

Dala Aničce sirup na snížení teploty a uvařila jí hrnek čaje. „Teď musíš hodně pít, aby odešly bacily brzy pryč a bylo ti zase dobře. Zkus na chvíli usnout,“ řekla maminka. To Aničce nedělalo problém, hned jak zavřela oči, tak spala. Když se vzbudila, bylo jí o trochu lépe a chtěla hned vstát. Jak se ale postavila na zem, zamotala se jí hlava a upadla zpátky do postele. „Točí se ti hlava a jsi slabá, vid’?“ ptala se maminka. „Musíme se obléct a pojedeme k paní doktorce. Ta se na tebe podívá a poradí nám, co máme dělat, případně ti předepíše nějaké léky.“

Paní doktorka konstatovala, že Anička má chřipku. Předepsala jí sirup a tablety a mamince doporučila, aby jí dávala hodně pít, dohlédla, aby ležela celé dny v posteli a v případě vysokých teplot zkusila i zábaly.

Když přijely před dům, maminka Aničku vzala do náruče a donesla ji až do pokojíčku. Tam jí pomohla převléct se do pyžama a uložila jí do postele. „Mami, chce se mi spát,“ špitla Anička. „Ty zase celá hoříš! Ještě počkej, skočím ti pro čaj do kuchyně a dám ti něco na snížení horečky.“ Anička si mezitím prohlížela léky od paní doktorky. Když se maminka vrátila do pokoje, zeptala se jí Anička: „Můžu sníst ty hezké bonbónky od paní doktorky?“

„Kdepak, za prvé to nejsou bonbónky, ale léky a za druhé, léky si sama nesmíš brát a už vůbec ne všechny najednou! Sice některé léky vypadají jako bonbónky, ale rozhodně jako bonbónky nechutnají a mohou ti ublížit, pokud bys jich snědla moc. Musí se brát podle předpisu, aby ti pomohly. Kdybys jich snědla víc než je předepsané, mohla by ses i otrávit.“

„A ani ten sirup nemůžu vypít celý, když mi tak chutná? Třeba by ta horečka byla rychleji pryč.“

„Se sirupem je to stejné jako s prášky. Musí se brát podle předpisu, jinak by ti mohl ublížit,“ odpověděla maminka. „Teď otevři pusku,“ a dala jí lžičku sirupu. „Pořádně se napij a zkus usnout. Víš, co říkala paní doktorka. Chřipka se musí vyležet.“

Anička byla vzorný pacient. Když zrovna nespala, maminka s tatínkem se jí snažili zkrátit chvíle v posteli čtením pohádek, malováním, hraním s panenkami a občas jí dovolili pustit si televizi a sledovat programy pro děti.

Za týden šla maminka s Aničkou za paní doktorkou na kontrolu. Paní doktorka se na Aničku usmála a prohlédla ji. „Jak se cítíš, už je ti dobře?“ zeptala se. „Ano, už je mi dobře a chtěla bych zase chodit do školky, doma mě to už nebaví,“ odpověděla Anička.

„Vidím, že už jsi zdravá. Určitě jsi byla svědomitý pacient a poslušně ležela v posteli, vid’?“ Anička přikývla. Maminka jí také chválila, že byla vzorný pacient.

„O víkendu raději ještě odpočívej, ale po neděli už můžeš jít zase do školky,“ řekla paní doktorka. „Hurá!“ výskala radostně Anička.

Když se vrátila s maminkou domů, řekla: „To jsem ráda, že už jsem zase zdravá. Být nemocná mě vůbec nebaví. Je lepší být zdravá než nemocná, vid’, mami?“

„To víš, že ano,“ souhlasila maminka. „Bohužel nemocem, jako je třeba chřipka, se nemůžeš vždy ubránit.“

„A nějakým nemocem se ubránit dá?“ vyzvíдалa Anička.

„Ano, a je jich hodně. Třeba nemoci, které vznikají z neopatrnosti. Například, když chodí děti v zimě málo oblečené, mohou se nachladit. Anebo mohou onemocnět v létě a při sportování, když jsou uhráté a napijí se studené vody, nebo když si nemyjí ruce. U dospělých to je stejné. Mohou onemocnět třeba i proto, že se málo hýbají, kouří, pijí alkohol nebo užívají drogy. Tyhle nemoci

jsou zbytečné a člověk, který pečuje o své zdraví, se jim může vyhnout,“ odpověděla maminka Anička. Pak šly společně uklidit pokojíček.

Otázky:

1. *Můžete si brát sami léky?*
2. *Co uděláte, když vám není dobře?*
3. *Co je nejlepší lék na chřipku a nachlazení?*
4. *Můžete hned po nemoci sportovat?*
5. *Kterým nemocem se dá zabránit?*

7. OTRAVA

Maminka žehlila prádlo v obývacím pokoji a dívala se při tom na televizi, tatínek na zahradě sekal trávu a Anička si hrála ve svém pokoji s panenkami. Když ji to přestalo bavit, šla za tatínkem na zahradu, kde měla svoji oblíbenou trampolínu. „Tatínku, můžu jít na trampolínu?“

„Můžeš Aničko, ale buď opatrná, nechci vidět žádné kotouly a podobně!“ odpověděl tatínek.

Anička si vlezla na trampolínu a vesele tam skákala. Za chvíli ale byla unavená a měla velkou žízeň. Šla se napít do kuchyně. Protože nechtěla obtěžovat maminku při žehlení, přistrčila si sama židli ke dřezu a vzala si skleničku, že si natočí vodu. Vtom jí ale pohled utkvěl na umělohmotné láhvi od minerálky, ve které byla krásná tmavě růžová tekutina. Anička se zaradovala, že to bude ta dobrá malinová limonáda, kterou měla tuhle v restauraci, když byla s rodiči na výletě. Skleničku si položila do dřezu, vzala láhev s růžovým obsahem, odšroubovala víčko a zhluboka se napila.

„Fuj!“ vykřikla a hned láhev postavila na dřez.

Šklebila se, plivala do dřezu a vyplazovala jazyk. Hned si toho všimla maminka. „Co se stalo, Aničko, a co děláš na té židli?“

„Napila jsem se tady té ošklivé limonády, měla jsem žízeň,“ vzlykala Anička.

„To ale není limonáda, to je jar na nádobí. Ale jak na tebe koukám, tak už jsi to sama zjistila, vid’? Kolik jsi toho vypila?“

„Jenom trochu.“ Maminka věděla, kolik jaru bylo v láhvi, tak zůstala klidná.

„Bolí mě břicho a je mi špatně,“ za chvíli naříkala Anička.

„Pojď, musíš se napít čaje, to ti pomůže. Možná ti bude chvíli špatně, ale určitě se to brzo spraví.“

Anička vypila hrnek vlažného čaje a ležela v posteli, protože jí břicho pořád bolelo. Dokonce měla i průjem.

Maminka za ní přišla do pokoje a posadila se k ní na postel. „Proč jsi mi neřekla, že máš žízeň, dala bych ti něco na pití.“

„Když já jsem tě při žehlení nechtěla otravovat.“

„Příště mi to raději řekni, ano?“

„Ano,“ odpověděla Anička.

„A pamatuj si, že nesmíš pít z žádné láhve, když nevíš, co v ní je. Teď tam byl naštěstí jenom jar na nádobí, ale kdyby v ní bylo třeba ředidlo nebo nějaký čistící prostředek, dopadlo by to s tebou mnohem hůř. Pravděpodobně bys skončila v nemocnici, a to bychom byli všichni velmi smutní. Já s tatínkem takovéhle věci samozřejmě pečlivě schováváme do komory, ale může se stát, že to někdy uklidit zapomeneme. Takže pro příště, pokud budeš mít žízeň, řekni nám to a my ti dáme rádi napít. Pokud bys objevila nějakou láhev s lákavým obsahem, tak se raději předem někoho dospělého zeptej, co v té láhvi je a jestli to můžeš pít. Jasně?“

„Jo, už si to budu pamatovat. Jar už nikdy pít nechci,“ řekla Anička.

Druhý den ráno už bylo Anička zase dobře, tak vyrazila s maminkou a tatínkem na výlet do lesa.

Otázky:

1. Co uděláte, když máte žízeň?
2. Můžete se napít z jakékoliv láhve, kterou doma najdete? Proč ne, co by se mohlo stát?
3. Co byste udělali, kdybyste se napili nějaké chemikálie?
4. Čím se můžete doma otrávit?
5. Co by měli rodiče udělat s láhví od minerálky/limonády, do které si dají to, co do ní nepatří – jar, savo, čistící prostředek, benzín, ředidlo, aviváž, prací prášek, dezinfekci apod.?

8. PES

Maminka s Aničkou šly ze školky. Protože byl pěkný den, rozhodly se, že nepůjdou hned domů. Udělají si pěknou procházku se zastávkou na Aniččině oblíbeném hřišti. Když šly kolem rodinných domků, u jednoho plotu stála skupinka dětí. Byly starší než Anička, už chodily do školy. Děti tam cosi dělaly a smály se. V tom zazněl výkřik, psí štěkot a pláč. Maminka s Aničkou se k nim běžely podívat. Za plotem štěkal rozčilený vlčák. Holčička si držela ruku, na které byly vidět otisky psích zubů, místy rána i trošku krvácela. „To nevíte, že cizího psa nemáte hladit?! Pak se stávají takovéhle věci,“ řekla důrazně maminka neznámým dětem. Ty sklopily hlavu a styděly se. Poté stiskla zvonek u branky. Vyšel pán. „Co se děje?“ zeptal se překvapeně.

„Dobrý den, vy jste majitel tohoto psa?“ zeptala se maminka.

„Ano, proč se ptáte?“

„Váš pes pokousal jednu holčičku, dráždila ho s ostatními dětmi skrz plot. Potřebuji vědět, jestli je očkováný proti vzteklině.“

„Samozřejmě, že je očkováný, klidně vám ukážu očkovací průkaz,“ odpověděl rozčileně pán. Chtěl dětem vynadat, ale když viděl, že jsou z toho v šoku, tak jen řekl to samé, co před tím maminka.

„Děti, to nevíte, že na neznámé psy nesmíte sahat?! Gaston je hodný pes, ale nemá rád, když ho někdo zlobí. Přirozeně pak brání svoje území, protože se cítí ohrožený. Doufám, že si to budete všechny pro příště pamatovat!“

Děti pokývaly hlavou a pomalu se začaly rozcházet.

Zůstala tam jen ta pokousaná holčička s maminkou, Aničkou a majitelem psa. „Jak se jmenuješ?“ zeptala se maminka. „Tereza,“ odpověděla holčička.

„Dobře, Terezko, teď ti musíme ránu ošetřit,“ řekla a poprosila pána, zda by to nemohli provést u něj doma. Pán nic nenamítal a vzal je do domu. Ránu prvně pořádně opláchli mýdlem a vodou. Poté jí vydezinfikovali a jemně překryli obvazem. „Není to nic strašného. Budeš tam mít možná modřinu, ale brzy se ti to zahojí,“ usmála se na Terezku Aniččina maminka. „Teď musíme zavolat tvým rodičům a říct jim, co se stalo, ať si pro tebe přijdou. Máš na rodiče telefon?“

„Mám,“ špitla Terezka. Našla mobil v kapse u bundy, vytočila maminčino číslo a podala telefon mamince od Aničky. Aniččina maminka všechno do telefonu řekla Terezčině mamince a nahlásila jí, kam si má pro Terezku přijít.

Oba Terezčini rodiče přijeli během deseti minut. Ze začátku byli vyděšení, ale když viděli, že zranění není nijak vážné, pes je očkováný a Terezka je už zase veselá, uklidnili se. „Moc se vám omlouváme a doufáme, že si Tereza bude pro příště pamatovat, že na cizí psy nesmí sahat. Nevíme, co jí to vůbec napadlo!“ omlouvali se majiteli psa.

„Nezlobte se na mě, já už to opravdu nikdy neudělám,“ dodala Terezka. Potom se dokonce usmířila i s Gastonem, který ležel na zádech a nechal se od ní i Aničky drbat na břicho.

„Kdyby nastaly nějaké komplikace, tak se ozvěte,“ nabídl majitel psa Terezčiny rodičům. „Snad nenastanou, už tak jsme vám způsobili dost problémů. Moc děkujeme a ještě jednou se omlouváme.“ Pak se všichni rozloučili.

Anička doma přemýšlela o tom, co dnes zažila. „Maminko, a co kdyby ten pejsek neměl majitele a pobíhal volně venku, co bychom dělaly?“

„To by bylo horší, Aničko. Kdyby nebyl majitel někde poblíž, musely bychom zavolat policii, aby pejska odchytili a zjistili, komu patří. To je důležité, protože jedině majitel ví, zda je pejsek zdravý a očkovaný proti vzteklině. Kdyby se majitel nenašel nebo by pejsek očkovaný nebyl, a nebo by se ho nepodařilo odchytil, museli by lékaři u pokousaného člověka zahájit léčbu, která není vůbec příjemná!“

„A proč?“ zeptala se Anička.

„Protože pokud by bylo zvíře nakažené vzteklinou, mohl by se člověk nakazit vzteklinou také. Vzteklinou je velice závažné onemocnění. Pokud by se jí člověk nakazil a neléčil by se, tak by zemřel.“

„Aha,“ koukala vyděšeně na maminku Anička.

„Kdyby se náhodou někdy stalo, že by tě kousnul pes nebo třeba i jiné zvíře, tak to musíš hned nahlásit mně nebo někomu dospělému. Jasně? Je velice důležité to řešit co nejrychleji.“

„Ano, doufám ale, že se to nikdy nestane,“ řekla Anička.

„A maminko, poznám, že má zvíře vzteklinu?“

„To většinou nepoznáš. U divokých zvířat, jako liška, netopýr, jezevec apod., může být varovným příznakem nebojácnost. Tato zvířata jsou přirozeně plachá a když vidí člověka, měla by utéct. Pokud by neutekla, značí to, že je něco špatně. Ale musíš dát pozor i u potulných psů a koček, kdyby se k tobě chtěli lísat na ulici. Zvířata mohou mít pěnu u huby, mohou být zuřivá a mohou vypadat divně. Ale jak říkám, nemusí to být na nich vůbec poznat. Proto je lepší nevšímat si jich a jít od nich co nejdál.“

„Doufám, že žádné takové zvířátko nepotkám,“ řekla ustaraně Anička.

„Neboj, takovýhle zvířátek tady u nás moc není, a ty už přeci víš, co máš dělat – nevšímat si jich a jít od nich co nejdál. A kdyby tě náhodou přeci jen kouslo, tak bys to řekla hned někomu dospělému a pak by ti pomohl i pan doktor,“ usmála se maminka a dodala: „Pokud si chceš pohladit třeba pejska nebo kočičku, tak je vždy lepší se zeptat jejich majitele, zda můžeš. Protože majitel by měl svoje zvíře znát, a měl by vědět, jak reaguje a jestli se nechá pohladit od někoho cizího.“

Anička měla z tolika informací plnou hlavu. Proto se raději přestala ptát a šla si hrát do pokojíčku.

Otázky:

1. *Co uděláte, když si chcete pohladit pejska?*
2. *Můžete dráždit neznámého psa? Co by se mohlo stát?*
3. *Co uděláte, když vás kousne cizí zvíře?*
4. *Co by se mělo udělat s ránou?*
5. *Čím se můžete od neznámého zvířete nakazit?*
6. *Dá se vzteklinou vyléčit?*
7. *Jak zjistíte, že je pes očkovaný?*
8. *Poznáte, že má zvíře vzteklinu?*
9. *Koho zavoláte, když vás pokouše pes a nemá majitele?*
10. *Která další zvířata, kromě psa, mohou mít vzteklinu?*
11. *Můžete sahat svému pejskovi do misky se žrádlem?*

9. NA RYBNÍCE SE BRUSLÍ

Všechny děti se těšily na dlouho očekávanou zimu. Ani Anička nebyla výjimkou. Každé ráno hned běžela k oknu a koukala, jestli není venku sníh nebo alespoň nemrzne. Zima ale stále nepřicházela. Jednoho rána se však dočkala.

„Aničko, dnes se musíš pořádně obléci, venku mrzne,“ hlásila jí maminka z kuchyně. Anička byla radostná, protože doufala, že brzy bude i sníh. Mrzlo takhle pár dní.

V sobotu vyrazila Anička s tatínkem na procházku. Maminku nechali doma, protože potřebovala vařit oběd. Když šli kolem rybníka, viděli, že je už zamrzlý a dokonce se na něm i bruslí. „Jé, to je krása, ty lidi chodí po rybníku, vidíš to, tati? A co to mají za zvláštní boty?“

„To jsou brusle, Aničko, a když je venku velká zima jako teď, voda v rybníku zamrzne a stane se z ní led. A na ledě se potom dá bruslit. Až budeš větší, tak ti také koupíme brusle a naučíme tě bruslit. Možná už to bude příští rok!“ dodal tatínek.

„Jupí, už aby to bylo!“ řekla nadšeně Anička. „Tatí, já chci jít na led, prosím,“ žadonila.

„Já nevím, jestli už je dost pevný, mrzne teprve pár dní. Byl bych nerad, kdyby se led pod námi probořil a my se vykoukali v ledové vodě.“

„Neproboří, podívej, ti lidé tam jsou také a nic se jim nestalo.“

„No dobře, jdeme.“ Anička se klouzala po ledě a byla celá šťastná. Tatínek pozoroval kluky, jak bruslí. Pak na ně zavolał: „Kluci, nejezděte tak dozadu, přitéká tam voda a led tam ještě není dost silný, mrzne teprve pár dnů!“

„Nestarejte se, pane, my si můžeme jezdit, kam chceme,“ odpověděl drze jeden z kluků a rozjel se dozadu na rybník. Tam se zastavil a křičel na ostatní: „Tady je super led! Pojeďte za mnou.“ Vtom to ale pod ním zapraskalo a než se stačil vzpamatovat, propadl se do vody.

„Pomóc, já se utopím, pomóc!“ křičel vyděšeně a roztaženými rukama se přidržoval ledových okrajů díry, která se pod ním vytvořila. Tatínek uviděl, co se stalo. Půjčil si od jednoho z jeho kamarádů hokejku, poprosil ho, ať dohlédne na Aničku a spěchal drzému klukovi na pomoc. Několik metrů před ním si lehl na led a přistrčil hokejku co nejbliže k jeho rukám. „Chyť se a pevně se drž!“ křičl.

„Já se bojím!“ nešťastně odpověděl kluk.

„Neboj se, chyť se hokejky a já tě vytáhnou, to zvládneš!“

Kluk se chytil hokejky a tatínek ho vytáhl z ledové díry ven. Táhl ho ještě několik metrů po ledě a když už byli v bezpečí, pomohl mu vstát. „Tak vidíš, dokázali jsme to. Teď se jdi rychle přezout a utíkej domů. Jsi celý mokrý, ať nenastydneš!“

„Moc vám děkuji, a promiňte, že jsem byl před tím drzý a neposlechl vás, když jste mě varoval. Teď se mi to vymstilo,“ říkal kluk se sklopenou hlavou.

„Příště si to snad budeš pamatovat. Teď už ale utíkej domů.“

Kluk se přezul a uháněl domů.

„Vidíš, Aničko, co se může stát na ledě. Pokud chceš bruslit na rybníce, musíš počkat, až bude opravdu pořádně zamrzlý. Vždy se raději zeptej někoho dospělého, a pokud ti bude radit, tak ho poslechni, aby se ti nestalo něco podobného jako dnes tomu klukovi. Kdyby spadl pod led, mohl se utopit. Ještěže včas roztáhl ruce a udržel se nad ledem.“

Anička z toho zážitku byla celá vystrašená. Tatínek jí vzal do náruče a vrátili se domů, kde už na ně čekala maminka s obědem.

Otázky:

1. *Jak zjistíte, že je led na rybníku dostatečně silný?*
2. *Můžete si na ledě dělat, co chcete?*
3. *Je dobré poslouchat rady dospělých?*
4. *Co uděláte, když se pod vámi propadne led?*
5. *Co by měl udělat záchránce, aby se pod ním led nepropadnul?*

10. PYROTECHNIKA

Byly vánoční svátky. Jako každý rok jela Anička s rodiči na návštěvu k tetě a strejdovi. Teta se strejdou měli dva syny Petříka a Mirka. Kluci byli o pár let starší než Anička, chodili už do školy. Bydleli ve velkém domě.

„Ahoj!“ křičela Anička, hned jak uviděla tetu se strejdou ve dveřích.

„Ahoj, tak jste konečně tady. Už jsme se vás nemohli dočkat!“

„Kluci, pojdte dolů, návštěva je tady,“ volala teta. Kluci seběhli ze schodiště, aby se se všemi přivítali.

Teta přichystala pro všechny úžasnou večeři. Když se všichni najedli, sedli si do obývacího pokoje. Dospělí si povídali a popíjeli víno. Kluci mezitím ukazovali Aničce hračky, které dostali k Vánocům. Brzy je to však přestalo bavit a začali vymýšlet, co by dělali za lumpárny. „Můžeme jít s Aničkou nahoru do našeho pokoje?“ zeptal se Petřík s Mirkem.

„Můžete, ale dejte na Aničku pozor, je ještě malá!“ upozornila je teta.

Děti vesele běžely do schodů. Sedly si na postel k Mirkovi a vymýšlely, co budou dělat. „Budeme hrát na slepou bábu,“ povídal Petříček, ale Mirek ho hned okřikl: „To raději ne, na to je Anička ještě malá a mohlo by se jí něco stát. „A co třeba schovka,“ zajásal Petřík. „Ne, to také ne, to je nuda,“ odpověděl Mirek. „Mám nápad, ale je to děsně tajný a nesměli byste to nikomu říct,“ řekl tajemně Mirek. „My to nikomu neřekneme, slibujeme, tak nám pověz, o co jde?“ vyzvídali Anička s Petříkem. „No dobře, berte to jako dobrodružnou výpravu. Musíme být potichu, aby nás nikdo neslyšel. Jasný!?“

„Jasný.“

„Pojďte za mnou,“ pobídl Mirek Petříka a Aničku a vzal si sebou baterku. Všichni tři se vyplížili z dětského pokoje. Šli pomalu přes chodbu do ložnice. Potichoučku otevřeli dveře a rychle vešli dovnitř. Pak za sebou opatrně zavřeli. Mirek rozsvítil baterku. Anička se pevně chytla Petříka za ruku, protože se začala ve tmě bát. „Neboj, Aničko, jsme tady s tebou,“ utěšoval jí Petřík. „Co tady vlastně budeme dělat?“ dotazoval se Mirka.

„Počkejte a uvidíte.“ Mirek šel ke skříni, kde měl tatínek oblečení. Otevřel jí a chvíli tam hledal. Pak se vynořil ze skříně s úsměvem na tváři a něco držel v ruce. Aby to Petřík s Aničkou viděli, posvítíl na to baterkou. Byly to rachejtle a petardy, které měl tatínek nachystané pravděpodobně na Silvestra. „To koukáte, co?!“ vítězoslavně hlásil Mirek. „A co s tím budeme dělat?“ ptal se Petřík.

„No co, zkusíme si jednu raketu odpálit,“ odpověděl Mirek.

„Ale tatínek se bude zlobit,“ upozorňoval Péťa.

„Ale nebude, protože to nepozná,“ uklidňoval ho Mirek. „Vybereme si jen jednu a vypustíme ji z okna. Naši si toho ani nevšimnou. Za prvé se dole vesele baví a za druhé venku pořád někdo pouští rachejtle, tak ani nebudou vědět, odkud to bylo. Nebojte se, bude to super dobrodružství.“

Vybrali společně tu největší raketu, která tam byla. Mirek vytáhl z kapsy sirky, které před tím tajně vzal z krby, když šli nahoru do pokoje. Otevřel okno, rachejtli zapíchl do květináče k jedné kytce, kterou měla maminka na parapetu v ložnici a nasměroval ji směrem z okna. „Teď běžte raději dál, zapálím to,“ upozornil Aničku s Péťou. Oba poslechli a zacouvali až ke dveřím. Mirek škrtnul sirkou a snažil se rachejtli podpálit. Pořád se nic nedělo. Ale najednou z rachejtle začaly sršet jiskry a byl slyšet pískot. Rachejtle se začala v květináči pohybovat, až z něho celá vyskočila a začala létat po ložnici. „Utíkejte rychle pryč!“ křičel Mirek. Všichni rychle utekli z ložnice a zavřeli dveře. Když se zastavili na chodbě, viděli, jak se v ložnici blýská a jsou slyšet silné rány od zapálené rachejtle. Péťa si zacpával uši, Anička začala plakat a Mirek si jen nervózně kousal spodní ret.

Za chvíli rachot i záblesky utichly. To už ale nahoře byli všichni dospělí. „Co se to tady probíhá děje?!“ ptali se vyděšeně. Když viděli vystrašené pohledy dětí, upírající se ke dveřím ložnice, na nic nečekali a vtrhli dovnitř. V ložnici bylo plno kouře, přes který bylo matně vidět hořící povlečení na posteli. Strojda naštěstí jednal velmi rychle. Vzal deku, která ležela hned za dveřmi a hodil ji na postel. Oheň tak velmi rychle uhasil. Když pak rozsvítil světlo, s hrůzou zjišťoval, jaká spoušť je v ložnici. Kromě ohořelého povlečení a spousty kouře, rozbila rachejtle květináč na okně, takže všude bylo plno hlíny, shodila obrazy ze stěny, až se rozbilo sklo, které na nich bylo, všude po zemi se válely zbytky z rakety a po celé ložnici se vznášel jemný popel.

Dospělí si postavili všechny děti na chodbě do řady. „Tak, a teď nám laskavě vysvětlete, co vás to napadlo! Víte vůbec, co všechno se mohlo stát? Vždyť jsme mohli vyhořet!“ rozzlobeně křičel strojda. „Čí to byl nápad? Předpokládám, že Aničky ne, takže kdo z vás se k tomu přizná, Petře, Mirku, co?!“

Anička brečela a chtěla k tatínkovi do náruče. Kluci měli sklopenou hlavu a koukali do země. „Byl to můj nápad,“ špitl Mirek. „Myslel jsem si, že se nic nestane a vy o tom nebudete ani vědět.“

Strejda se trochu uklidnil, když viděl, že mají kluci špatné svědomí. Petřík začal také natahovat. Strejda tedy zmírnil hlas a řekl: „Tak za prvé, vážení, už kolikrát jsem vám říkal, že dětem rachejtle ani petardy do ruky nepatří. Má to své důvody. Mohou napáchat plno škody. A je zde velké nebezpečí, že vám poškodí zdraví, např. se popálíte, poškodíte si sluch nebo zrak. A za druhé, rachejtle a petardy se nesmí odpalovat v uzavřených prostorech, pak napáchají takovou spoušť, jakou máme teď v ložnici. A v nejhorším případě způsobí i požár, ze kterého může shořet celý dům! Kdybych nebyl dost rychlý, mohli jsme volat na pomoc hasiče, protože bych ten požár sám nezvládl. A věřte, že takový požár není nic příjemného. Můžete přijít nejen o věci, které máte rádi, o všechny hračky, oblečení, počítač apod., ale i o střechu nad hlavou. Takže, co si budete pro příště pamatovat?“ ptal se strejda důrazně děti.

„Že rachejtle nepatří do rukou dětem a nejsou na hraní,“ odpovídal Mirek. „Můžou způsobit požár a také nám mohou ublížit,“ dodával ještě Pěťa.

„Ano, přesně tak. Takže mi slibte, že už nikdy nebudete na rachejtle ani petardy sahat a zapalovat je,“ dožadoval se kladné odpovědi strejda.

„Slibujeme,“ odpověděly jednohlasně všechny děti.

„To jsem rád, hlavně, abyste svůj slib dodržely!“

Potom se všichni společně pustili do úklidu ložnice. Strejda odklidil střepy, aby se o ně děti nepořezaly, teta svlékla peřiny a dala je vyvětrat na zahradu. Kluci museli utřít prach, posbírat zbytky rachejtle a vyluxovat. V ložnici se muselo ještě pár dní pořádně větrat, aby vyčichl kouřový zápach.

Anička tak měla velice zajímavý zážitek z vánočních prázdnin.

Otázky:

1. *Na co se používají rachejtle a petardy?*
2. *Můžete si s nimi hrát? Co by se mohlo stát?*
3. *Koho zavoláte, kdyby začalo hořet?*
4. *Jaká pravidla se musí dodržovat při odpalování rachejtli a petard?*
5. *Co byste měli dělat, kdyby vás rachejtle popálila?*
6. *Můžete sahat na střepy?*

11. (NE)BEZPEČNÁ JÍZDA

Bylo krásné jarní odpoledne. Před domem si hrálo plno dětí včetně Aničky. Dostala totiž k Vánocům kolo a nemohla se dočkat, až ho bude moci vyzkoušet. „Počkej, Aničko, než si sedneš na kolo, musíš si vzít na hlavu helmu, aby ses nezranila, kdybys náhodou spadla. Je to stejné, jako když jezdíš na koloběžce.“ Anička si rychle nasadila helmu a hned chtěla nasednout na kolo. „Aničko, ne tak rychle,“ káral jí tatínek. „Na kole to není stejné jako na koloběžce nebo odrážedle. Tady musíš šlapat a držet rovnováhu. Není to nic jednoduchého. Ale neboj se, ty jsi šikovná a jistě se to brzy naučíš. Budu tě ze začátku držet.“

Tatínek chodil s Aničkou sem a tam a držel jí, aby měla jistotu. Potom, když už mu přišlo, že to Aničce celkem jde, ji zkusil při jedné jízdě pustit. Anička jela chvíli sama, ale když zjistila, že jí tatínek nedrží, hned z kola spadla. Nic se jí nestalo, ale i přesto se zlobila na tatínka. Tatínek se jí pak snažil vysvětlit, že se to takto dělá a že se nesmí leknout, když jede sama. „Časem získáš jistotu, uvidíš. Nesmíš to hned vzdát.“

Anička chvíli přemýšlela a pak řekla: „Já už na kole jezdit nechci. Zkusím to třeba zase zítra. Můžu si ještě zajezdit na koloběžce? Prosím, tati?“

Tatínkovi se moc nelíbilo, že to Anička hned vzdává, ale nakonec jí jízdu na koloběžce povolil s tím, že jestli bude pěkné počasí, budou na kole trénovat každý den. Přece to jen tak nevzdají.

Anička jezdila na koloběžce sem a tam. Koloběžku totiž dobře sama ovládala. Přidal se k ní jeden kluk na kole. Byl tak o pět let starší než Anička. Představil se jí jako Honza. „Pojď, dáme si závody, kdo bude rychlejší.“

„Tak jo,“ odpověděla Anička.

„Připravít, pozor, teď!“ Oba se rychle rozjeli po chodníku směrem k silnici. Honza byl samozřejmě na kole rychlejší. Anička se ho marně snažila dohnat. Najednou se Anička zastavila a křičela na Honzu: „Stůj, tam jezdí auta, tam už se nesmí!“ Honza ale nad tím mávl rukou a jel rychle dál. Jak byl rozjetý, vjel rychle bez rozhlédnutí na silnici. V tu chvíli tam ale jelo auto. Honza se lekl, ale už nestihl uhnout. Zaskřípaly brzdy, ozvalo se křupnutí a kolo skončilo pod jeho koly. Honza spadl na kapotu auta.

Z auta hned vyběhl vyděšený řidič. „Jsi v pořádku?“ ptal se Honzy, který se pomalu sbíral z kapoty auta. Honza nebyl schopný odpovědi. Mezitím se kolem auta shromáždili lidi, včetně tatínka s Aničkou.

Jako zázrakem Honza vypadal, že je v pořádku. Byl ale ve velkém šoku a brečel. Někdo z lidí přivolal jeho rodiče. Ti byli dost vyděšení, když viděli rozbité kolo pod autem. „Honzíčku, jsi v pořádku?“ ptala se ho jeho maminka a objímala ho. Honzík jen pokýval hlavou a pořád vzlykal.

„I když vypadá Honzík v pořádku, pojedeme raději do nemocnice. Tam ho pořádně prohlédnou, ať máme jistotu, že je opravdu zdravý,“ prohlásil Honzův tatínek.

„A jak se to vlastně stalo?“ ptala se Honzova maminka.

„Honzík se rozjel rychle na kole, nerozhlédl se a vjel na silnici. Tam bohužel zrovna jelo auto a výsledek tady vidíte,“ odpověděl Aniččin tatínek. „Měl jediné štěstí, že měl na hlavě helmu a řidič jel velmi pomalu. Kdyby jel rychleji, mohlo to dopadnout mnohem hůř.“

„Teda Honzíku, my jsme mysleli, že už jsi dost velký a víš, že na silnici si hrát nesmíš a zároveň, když už ji přejezdíš, tak se musíš pořádně rozhlédnout. A to nemluvím o tom, že pokud chceš s kolem přejet silnici, tak bys měl z kola sesednout. Díky bohu, že jsi v pořádku. Ale moc si nás zklamal,“ řekla káravě Honzíkova maminka.

„Škodu na autě vám samozřejmě uhradíme. Moc se omlouváme. Až se z toho Honza vzpamatuje, tak to s ním ještě pořádně probereme,“ slíbil tatínek řidiči. „Omluv se alespoň panu řidiči, Honzo,“ pobídl ho tatínek. „Omlouvám se vám,“ špitl Honzík. „No hlavně, že jsi v pořádku,“ dodal řidič. „Kdyby cokoliv, tak se ozvěte,“ nabídl řidič rodičům.

Vyměnili si s tatínkem kontakty, aby veškeré záležitosti mohli vyřídit později. Pak tatínek naložil Honzík do auta a odjeli i s maminkou do nemocnice. Honza byl naštěstí opravdu v pořádku. Když přijeli domů, byl velmi smutný. „No tak, Honzíku, už je zase všechno dobré,“ říkala mu maminka. „Není, moje kolo je zničené a nemám teď na čem jezdit!“ odpověděl vztekle. „Podívej, nejdůležitější je, že jsi zdravý a nic se ti nestalo. Bude teď lepší, když chvíli na kole jezdit nebudeš. Aspoň budeš mít čas na přemýšlení o tom, co jsi provedl.“

„Hmm!“ odsekl Honza.

„Až budeme vidět, že si to zasloužíš, dostaneš třeba k narozeninám nové kolo. Musíš se ale podle toho chovat.“

„Já budu hodný,“ sliboval Honzík.

„No, uvidíme. Ale moc se neraduj, po této události budeš muset zase chvíli jezdit pod naším dozorem. A až budeme mít jistotu, že umíš dodržovat pravidla, budeš si moci hrát zase sám před domem,“ odpověděla mu maminka. „Teď si běž lehnout do postele a zkus usnout, dnes byl náročný den.“

U Aničky doma bylo ten den také rušno. Anička vykládala, co se stalo, když byli s tatínkem venku. Maminka byla velmi ráda, že Anička je v pořádku. „Kdyby za ním jela, mohla skončit také pod autem,“ říkala ustaraně. „Ale maminko, naše Anička je chytrá a musíme ji dnes velmi pochválit za to, jak se zachovala. Dokonce na Honzu křičela, ať zastaví. Takže se tady netrap takovými myšlenkami. A buď na Aničku pyšná,“ dodal pochvalně tatínek. Maminka se usmála a pohlédla Aničku po vláskách. „Já vím, že je Anička moc šikovná, však je to naše beruška.“

Otázky:

1. Je bezpečné hrát si na silnici? Co by se mohlo stát?
2. Kde si děti smějí hrát?
3. Kde si nejčastěji venku hraje vy?
4. Může být poblíž hřiště silnice? Co uděláte, když vám z hřiště uteče míč do silnice?
5. Kde můžete jezdit na kole nebo koloběžce? Co byste měli mít na sobě?

12. V LÉTĚ U VODY

„Nádherný den, co kdybychom se šly vykoupat k rybníku?“ navrhovala maminka Anička.

„Jojojo, půjdeme,“ radostně skákala Anička.

„Zkusím se zeptat tety a Matýska, jestli se k nám nechtějí přidat.“

Tetě s Matýskem se plán velmi líbil a rádi se k Aničce s maminkou přidali.

Z dálky byl slyšet jásot a šplouchání vody. U rybníka byla spousta lidí. Když dorazili, vybrali si místo, kam si rozprostřou deku. Maminky vybíraly místo tak, aby měly deku částečně ve stínu a částečně na sluníčku, protože není dobré být na slunci celý den. Děti byly hned nachystané a chtěly jít do vody. „Počkejte přeci, musíte si vzít rukávky, abyste se neutopily,“ zastavila je teta. „No jo, vlastně,“ plácla si Anička na čelo. Řádily ve vodě dlouho. Maminky je pak musely vyhnat, protože už měly promodralé rty. Maminky se opalovaly na sluníčku a děti si mezitím hrály ve stínu. Když trochu oschly, chtěly jít zase do vody. „Nenene, jen tady ještě zůstaňte. Půjdeme do vody za chvíli všichni,“ řekla Aniččina maminka.

„Ale my chceme jít hned!“ vzdorovala Anička.

„Jo!“ přísazoval Matýsek.

„No tak půjdeme. Ale nám s tetou se ještě do vody nechce. Takže si budete hrát u břehu. Můžete stavět třeba hráze. Souhlasíte?“ zeptala se jich maminka.

„Jóóó,“ křičely dvojhlasně děti. „Nemusíte si brát rukávky, když budete u břehu. Ale musíme vás namazat opalovacím krémem a vezmete si na hlavu čepice, abyste se nespálily a nedostaly jste úžeh.“

„A co to je úžeh a proč se musíme mazat tím krémem?“ ptal se Matýsek.

„Úžeh byste měli, kdybyste byli dlouho na sluníčku a neměli jste čepici. Pak by se vám hlava přehřála a večer byste měli horečku, zvraceli byste, bolela by vás hlava a nebylo by vám vůbec dobře. A kdybyste se nenatřeli opalovacím krémem, tak by vás večer všechno bolelo a pálilo a nemohli byste ani spát,“ odpověděla maminka Aničky a dodala: „Ještě se pořádně napijte, to je v tomhle horku také velice důležité.“

Děti se namazaly krémem, napily se, daly si na hlavu čepice a vyrazily s maminkami k vodě. Anička s Matýskem důležitě stavěli přehradu z písku. Pak do nich lili vodu z kyblíčků. Najednou je ale zaujalo krásné barevné lehátko, na kterém připlaval ke břehu starší kluk. „Jé, ty máš hezký lehátko!“ obdivovala ho Anička. „Chtěli byste svést?“ zeptal se kluk. Oba s Matýskem pokývali hlavou. „Tak pojdte, naskočte si“, a přistrčil jim lehátko co nejbližší ke břehu, aby si na něj mohli lehnout. Maminka s tetou si na břehu povídaly s jednou paní, takže nevěnovaly pozornost tomu, co se děje ve vodě. Kvůli ruchu, který ten den u rybníka byl, si ani nevšimly, že už si děti na břehu nehrají.

Kluk chvíli Aničku s Matýskem vozil u břehu. Najednou na něj zavolali kamarádi ze břehu, on se otočil, začal se s nimi bavit a lehátko pustil. Bohužel v tu chvíli zafoukal vítr a lehátko i s dětmi odnesl dál od břehu. Anička i Matýsek se báli a začali volat o pomoc. Jak se však na lehátko vrtěli, lehátko se s nimi převrátilo a oba skončili ve vodě, kde nedošlápli. Začali se oba topit. Naštěstí hned zareagoval jeden starší pán, který plaval kolem, oba z vody rychle vytáhl a dopravil je na břeh. Tam už stála vyděšená maminka s tetou. „Pojďte sem proboha. Jak jste se tam dostali?! Jste v pořádku?“ vyptávaly se jedna přes druhou.

„Moc děkujeme, že jste je tak rychle vytáhl,“ děkovaly zachránci. „Je to naše vina, že jsme je dost nehlídaly!“

Všiml si toho i kluk s lehátkem. „Je to i moje vina, neměl jsem je spouštět z očí. Promiňte mi to,“ omlouval se. „To nic, hlavně že se nic nestalo a děti jsou v pořádku, zodpovědnost za ně máme my. Kdybychom si zavčas všimly, že děti nejsou na břehu, nic z toho by se nestalo,“ řekla mu teta.

„Vezměte si kyblíčky a lopatičky a pojdte na deku!“ zavelela Aniččina maminka. „Co vás to napadlo, jezdit na lehátku, když nemáte rukávky a víte, že neumíte plavat?“ ptala se jich teta. „Když my jsme si to neuvědomili a to lehátko se nám strašně líbilo,“ vzlykala Anička.

„Doufám, že si to budete pro příště pamatovat, že bez rukávků nebo bez kruhu do vody nesmíte, a už vůbec ne jezdit bez nich na nafukovacím lehátku. A do hlubší vody můžete jen s někým dospělým, který vás ohlídá,“ řekla teta.

„My si zase příště na vás dáme větší pozor a nespustíme vás z očí, uvědomujeme si, že to byla i naše chyba,“ dodala maminka Aničky.

Děti ten den už do vody nechtěly. Hrály si na dece, a když oschly, vypravili se všichni společně domů. Už zase s úsměvem na tváři.

Otázky:

- 1. Co všechno měly dodržet děti, když chtěly jít do vody?*
- 2. Co udělaly maminky špatně?*
- 3. Co by se dětem mohlo stát, kdyby si pán nevšiml, že se topí?*
- 4. Jak se měly děti správně chovat?*
- 5. Jak se měla chovat maminka s tetou?*
- 6. Jak se měl chovat starší kluk s lehátkem?*
- 7. Je dobré být celý den na sluníčku?*
- 8. Jak se můžete před sluníčkem chránit?*
- 9. Co by se mohlo stát, kdybyste se před sluníčkem nechránili?*
- 10. Nosíte v létě nějakou ochranu hlavy?*
- 11. Mažete se v létě krémem?*
- 12. Co je ještě důležité, když je velké horko?*
- 13. Můžete pít vodu z rybníka?*

13. NEBEZPEČÍ V PŘÍRODĚ

Aničku čekal se školkou zajímavý týden. Místo toho, aby byly děti ve školce tak jako vždy, měly naplánované jet na školu v přírodě. Anička se už moc těšila, ale zároveň se trochu bála, protože bude poprvé delší čas bez maminky.

Před školkou byl ráno ruch. Děti naskákaly do autobusu, paní učitelky si je ještě přepočítaly, zamávalo se maminkám a vyrazilo se na cestu.

Hned po příjezdu paní učitelky děti ubytovaly. Děti byly plné dojmů z cesty a neznámého prostředí a bylo těžké je uklidnit.

Po obědě, místo odpoledního odpočinku, s nimi paní učitelky vyrazily ven, aby se vyběhaly, uklidnily a večer brzo usnuly. Hned u chaty byla velká louka a hřiště. Paní učitelky toho využily a hrály tam s dětmi různé hry. Když se jim zdálo, že už se děti vyřádily a zklidnily, rozdělily si je na dvě skupinky a šly si s nimi sednout na lavičky, kde pro ně přichystaly další zajímavý program.

„Tak děti, protože nás tady čeká společných pět dní a budeme skoro každý den v přírodě, měly bychom si říct něco o nebezpečích, která příroda skrývá. V první řadě bychom si pověděli něco o nebezpečných houbách a rostlinách, na které můžete natrefit. Ukážu vám je i na obrázku, abyste věděly, jak vypadají. A možná na některé narazíme při našich procházkách a uvidíte, jak vypadají“

ve skutečnosti. První moje otázka je: Kdy jsou pro nás nebezpečné jedovaté rostliny a houby? Jsou nebezpečné tím, že se na ně podíváme nebo projdeme kolem nich?“

„Néé,“ volaly některé děti.

„Výborně, máte pravdu, tyto rostliny a houby nám neublíží, pokud se na ně podíváme nebo kolem nich projdeme. Dokázal by mi někdo z vás říci, kdy nám tedy mohou ublížit?“

„Když bychom je snědli, třeba muchomůrku,“ křičela Anička.

„Přesně tak, mohly by nám ublížit, kdybychom je snědli. Takže zapamatujte si první pravidlo, v přírodě nestrkejte do své pusinky nic, co neznáte, protože by to mohlo být jedovaté. (pozn.: Při vyprávění příběhu můžete ukazovat obrázky rostlin, hub či živočichů přímo dětem ve třídě.)

„Teď vám ukáži některé jedovaté houby a rostliny. Tady máme zlatý déšť, tis červený, vraní oko čtyřlíst, které si můžete splést třeba s borůvkou, konvalinku. Ještě si zapamatujte, že hodně kytiček, co kvete na jaře, třeba sněženka, bledule, narcis, tulipán atd., je jedovatých. A teď houby – jedovatá je např. muchomůrka červená, tu jistě většina z vás zná, nebo muchomůrka zelená a další. Kdybyste přeci jen chtěly něco jíst, raději se zeptejte někoho dospělého.“

„A mohlo by se vám něco stát, kdybyste sáhly na jedovatou rostlinu či houbu?“

„Né,“ ozvalo se. „Ale mohlo. Mohlo by se stát to, že kdybyste na rostlinu sáhly, neumyly si pak ruce a šly jste jíst, tak byste se mohly přiotrávit. (pozn.: Velice nebezpečné jsou jedovaté houby, např. muchomůrka zelená, m. jízlivá – k těžké otravě někdy postačí se jedovaté houby jen dotknout a poté si olíznout ruku, příznaky často přicházejí až za několik hodin či dnů, z nebezpečných rostlin to pak může být bolševník velkolepý – šťávy z rostlin způsobují na světle těžké poleptání pokožky, dále mák setý – po olíznutí rostlinného latexu může dítě dlouho spát, ale může se i otrávit). Krom toho některé rostliny vás mohou popíchat, např. bodlák, ostružiník, trnka, a některé vás mohou popálit.“

„Kopřiva,“ křičel Martínek.

„Přesně tak, třeba kopřiva. Proto si zapamatujte pravidlo číslo dvě, na nic v přírodě nesaháme, pokud nevíme, jestli je to pro nás bezpečné. A když přijdeme z venku, umyjeme si pořádně ruce.“

„Teď si povíme ještě o zvířátkách, která nám mohou ublížit. Znáte nějaké?“

Ze skupiny dětí se ozývaly různé odpovědi: „Pes, liška, kočka.“ „Výborně, o těchto zvířátkách jsme si povídali, když jsme řešili, jak se zachovat v případě, že by nás pokousala. Čím by nás mohla nakazit, kdyby byla nemocná?“

„Vzteklinou,“ odpověděla Verunka. „Přesně tak, jsem ráda, že si to pamatujete.“

„Vzpomenete si ještě na nějaká další nebezpečná zvířátka? Napovím vám, jsou žlutočerná, mají rádi sladké a když je rozzlobíte, píchnou vás žihadlem.“

„Vosy, včely, sršni.“

„Vy jste tak šikovní!“ chválila děti paní učitelka. „Může se stát, že kdyby píchla vosa nebo včela někoho, kdo je na jejich bodnutí alergický, tak by to bylo velmi vážné a museli bychom zavolat sanitku nebo dotyčného odvézt co nejrychleji k lékaři a dát mu léky. Kdybychom to neudělali, tak by tento člověk mohl zemřít.“

„A jak poznám, jestli jsem alergická?“ ptala se Dorotka.

„Pozná se to tak: když píchne alergického člověka třeba včela, začne rychle otékat, červenat a těžce dýchat. Takže tu máme pravidlo číslo tři, včely ani vosy zbytečně nedráždíme, aby nás nepíchly. Kdyby vás píchly, tak to řekněte někomu dospělému, ten už se o vás postará.“

„Další nebezpečné zvířátko je velice malinké a nejčastěji se na vás může přisát někde ve vysoké trávě. Když se na vás uchytí, saje vám krev a roste mu zadeček.“

„Klíště!“ vykřikl Petřík.

„Ano, je to klíště. Klíště je nebezpečné proto, že když se na vás přisaje, může vás nakazit velmi nebezpečnými nemocemi, jako je klíšťová encefalitida (zánět mozku) a nebo lymfská borelióza. Můžeme se nějak chránit, aby se na nás klíště nepřisálo?“

„Maminka na mě stříká takový sprej,“ hlásil Tomík. „Myslíš repelent?“ usmála se paní učitelka. „Co dál?“

„Dlouhé kalhoty,“ křičela Anička. „Ano velice důležité je vhodné oblečení, jako jsou dlouhé kalhoty, nejlépe zastrčené do ponožek, plné boty, mikina nebo triko s dlouhými rukávy zastrčené do kalhot.“

K tomu je dobré postříkat si nohy a ruce repelentem. Důležité je také nelehat si do trávy a nechodit zbytečně v ní, pokud to jde obejít jinudy. Tak se nejlépe ochráníme před klíšťaty. Ještě také existuje proti jedné z nemocí – klíšťové encefalitidě – očkování, které vám aplikuje pan doktor. Někteří z vás jistě očkovaní jsou. Pokud už by se klíště zapilo, řekněte to někomu dospělému, aby vám klíště pečlivě vyndal. Nezkoušejte to samy, mohlo by se přetrhnout a v kůži by vám zůstala hlavička i se sosáčkem.“

„Ještě mě napadá jedno nebezpečné zvíře, na které byste mohly natrefit, a to je náš jediný jedovatý had, zmije obecná. Poznáte ji tak, že má na hřbetě černou klikatou čáru. Pokud byste na ni narazily, vyhněte se jí velkým obloukem. Kdyby vás kousla, museli bychom zavolat sanitku nebo vás odvést k lékaři, protože by vás její kousnutí mohlo i zabít. Zmije však neútočí sama od sebe. Většinou kousne člověka, když na ni šlápne, nebo když se cítí v ohrožení. Doufám, že se nám tady nic takového nestane.“

„Ještě upozorním, abyste nesahaly na mrtvá zvířata. Tato zvířata jsou plná bacilů a mohly byste potom také onemocnět.“

Věřím, že si dáte pozor na nástrahy přírody. Společně to všechno zvládneme, nemusíte se ničeho bát. Zvířata ani rostliny vám neublíží, pokud se k nim budete chovat podle pravidel.“

„A na závěr se vás ještě zeptám, jak byste se měly chovat k přírodě, aby se rostlinky a zvířátka měly dobře a příroda kolem vás byla hezká. Co se nesmí v přírodě dělat?“

„Vyhazovat odpadky, zapalovat oheň, lít nějaké chemikálie do rybníka nebo do řeky, kopat do hub nebo ničit kytičky, lámat větve stromům, ničit mraveniště, házet kameny po zvířátkách, šlapat po šnecích a ničit jim ulity...“ děti měly mnoho nápadů.

„Přesně tak,“ pochválila je paní učitelka. „Během týdne si určitě všechno několikrát zopakujeme, abyste si to pamatovaly a věděly, jak se máte v přírodě chovat.“

Otázky:

1. Je správné strkat do pusy rostliny, které neznáte?
2. Víte, jak vypadá muchomůrka červená?
3. Už jste v přírodě našli nějaké neznámé rostliny nebo houby?
4. Znáte nějaké lesní rostliny nebo houby, které jsou jedlé?
5. Co se může stát, když vás píchne vosa/včela? Co byste měli dělat?
6. Jak se můžete chránit, aby se na vás nepřisálo klíště?
7. Můžete si přisáté klíště odstranit sami?
8. Znáte nějakého jedovatého hada, který žije u nás? Podle čeho ho poznáte?
9. Co byste dělali, kdyby vás kousla zmije?
10. Jak se chováte, když jste v přírodě, co nesmíte dělat?

HRY

1. Bacily
2. Čáp ztratil čepičku
3. Auta
4. Semaforey
5. Neposlušná kůzlátka
6. Električka
7. Hrátky se zvířátky
8. Pozor pes!
9. Snížená viditelnost
10. Puzzle štafeta
11. Poznáš dopravní značky?
12. Vodník
13. Závody bez končetin
14. Bouřka
15. Co smí do dětské pusinky?
16. Kutálej se
17. Hry s čísly tísňového volání
18. Požárníci
19. Jak mě vidí řidiči...

1. Bacily

Pomůcky: žíněnka

Určíme jedno dítě (můžeme i dvě, podle počtu dětí) – bacila, ten chytá ostatní děti. Dítě, které chytne (dotkne se ho) si lehne na záda a je nakaženo, uzdravit se může, když jej čtyři děti (každé za jednu končetinu) odnesou na žíněnku. Když nesou „nakaženého“ na žíněnku, jsou chráněni a nesmí být v tuto dobu nakaženi bacilem. Důležité je dbát na bezpečnost. Nakaženého mohou nést pouze čtyři děti.

2. Čáp ztratil čepičku

Na začátku hry se určí jeden hráč, který představuje čápa a jeho úkolem je chytat děti. Paní učitelka i děti říkají říkanku a klapou nataženými rukama před sebou (představují zobák čápa). Říkanka zní: "Čáp ztratil čepičku, jakou měla barvičku ...". Na místo doplněných teček paní učitelka řekne nějakou barvu, např. žlutou. Úkolem dětí je co nejrychleji tuhle barvu najít a dotknout se jí (stačí jedním prstem). Nesmí se jí však dotknout samy na sobě a také by se všichni neměli dotýkat stejného předmětu. Je na paní učitelce, jaký určí maximální počet dětí na jednom místě, např. u žlutého míče. Jakmile se barvy dotknou, jsou v bezpečí před čápem. Dokud se však barvy nedrží, může je čáp chytit. Koho čáp chytne jako první, vystřídá si s ním místo a stává se čápem pro další kolo.

3. Auta

Pomůcky: červený a zelený šátek nebo obrázek s červeným a zeleným kolečkem

Děti dělají, že v ruce drží volant a běhají volně v prostoru po celé hrací ploše – jezdí jako auta. Ve středu hrací plochy stojí paní učitelka a střídavě zvedá a schovává červený a zelený šátek. Děti při běhu zrakem stále sledují paní učitelku a pohotově reagují na změny optických signálů: vztyčený zelený šátek – volný pohyb, vztyčený červený šátek – zastavit a zůstat stát na místě. Z místa, kde zůstaly stát, děti opět vyběhnou až po vztyčení zeleného šátku. Jednotlivé signály střídáme nepravidelně a v různých časových intervalech.

Zejména u mladších dětí je vhodné doplnit slovním doprovodem (název barvy).

4. Semafory

Pomůcky: barevné šátky a kolečka (zelené, oranžové, červené), píšťalka, bubínek, hudba

Děti rozdělíme do trojic - jedno dítě stojí, drží v ruce červené kolečko
- druhé dítě klečí, drží oranžové kolečko
- třetí dítě sedí v tzv. „tureckém sedu“, drží zelené kolečko.

Na signál – barevný (šátek), zvukový (bubínek, hudba, píšťalka), se každá trojice rozběhne do prostoru a libovolně pobíhá, jakmile učitelka ukončí daný signál (schová šátek, vypne hudbu, přestane bubnovat...), se každá trojice musí vrátit co nejrychleji do původního postoje (jako na začátku). Vyhrává nejrychlejší trojice dětí.

5. Neposlušná kůzlátka

Pomůcky: pohádka „O neposlušných kůzlátkách“, nebo „O Smolíčkovi“ či „Budulínkovi“

Paní učitelka provází celou pohádkou jako vypravěč. Určíme jedno dítě – vlka, druhé dítě maminka koza. Ostatní děti jsou kůzlátka. Maminka koza odchází do města a varuje kůzlátka, aby neotvírala, že venku číhá zlý vlk a mohl by jim ublížit. Jen co odejde do města, u dveří klepe vlk a přemlouvá kůzlátka, aby ho pustila dovnitř („Jsem vaše maminka a nesu vám šťavnatou travičku.“). Kůzlátka podvkrát vlkovi odpovídají, že neotevrou, že to není jejich maminka. Jejich maminka má jemnější hlásek, nosí klíče, přísně zakázala otevírat apod. Záleží na fantazii dětí, čím budou vlkovi oponovat. Vlka si ale chodí zbrousit jazyk ke kováři, aby měl jemnější hlásek a potřetí

mu kůzlátka uvěří a dveře otevřou. V tu chvíli začne vlk kůzlátka honit. Koho se dotkne, ten musí zůstat stát. Hra končí, až vlk pochyťá všechna kůzlátka.

Podobně jdou zdramatizovat i pohádky „O Smolíčkovi“ nebo „O Budulínkovi“. Hry se dají použít jako upozornění na nebezpečí plynoucí od cizích lidí. Děti by měly rozeznat dobro a zlo a případné nebezpečí, které jim hrozí.

6. Električka

Pomůcky: malý míček nebo šátek

Děti utvoří dvě stejně početné skupiny, které si proti sobě kleknou a chytí se za ruce. Učitelka vysílá signál (zmáčknutí ruky), prvním v obou řadách najednou. Tento signál si děti předávají až na konec řady co nejrychleji. Zvítězí to družstvo, které první vezme do ruky předmět, např. malý míček, který je umístěn na konci řad ve stejné vzdálenosti od obou družstev.

7. Hrátky se zvířátky

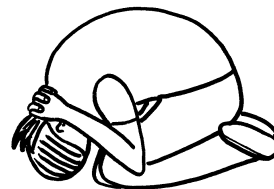
Pomůcky: obrázky zvířat, papíry, pastelky

- A. Paní učitelka popisuje nějaké zvíře a děti hádají, jaké. Např.: „Nemám chlupy ani nohy. Plazím se po zemi a mohu být hodně dlouhý. Jsem jedovatý. Když na mě někdo šlápne nebo mě vyleká, kousnu ho“ (had – zmiže). Dítě, které uhodne zvíře, dodá, čím je pro nás nebezpečné. Za odměnu mu zůstane obrázek zvířete.
- B. Paní učitelka popisuje zvíře a děti ho kreslí. Kdo nakreslí správně, má bod. Hra se může hrát i ve skupinkách. Děti dodávají, čím je pro ně zvíře nebezpečné.
- C. Děti jsou rozdělené do družstev. Hra se dá hrát ve třídě i na hřišti. Na protější straně od dětí jsou umístěné obrázky zvířat.
Pro menší děti – paní učitelka řekne název zvířete, např. žirafa. V tu chvíli vybíhá z každé skupiny zástupce a hledá mezi obrázky žirafu. Když ji najde, běží s obrázkem zpět, nikdo mu ho cestou nesmí vzít. Každý obrázek je zde pouze jedenkrát. Tudíž ve chvíli, kdy zvíře někdo najde, vracejí se i zástupci ostatních skupin. Skupina, která získala zvíře, musí říct, čím je nebezpečné.
Pro starší děti – postup je stejný, akorát paní učitelka neříká přímo název zvířete, ale popisuje ho jako ve hře písmeno A.
- D. Vždy jedno dítě předvádí pantomimicky různá zvířata, která jim určí učitelka. Ostatní hádají. Kdo uhodne, jde předvádět. Měla by tam být jednoduchá zvířata (slon, had, ryba, pták, krokodýl, opice, tučňák atd.).

8. Pozor pes

Tato hra slouží k nácviku polohy, jak se chránit při útoku psa.

Děti volně pobíhají po třídě. Učitelka zakřičí: „Pozor zlý pes!“. V tu chvíli se děti stočí na zem do klubíčka, chrání si pažemi hlavu (lokty směřují ke kolenům, spojené dlaně chrání týl hlavy, zápěstí chrání uši). Děti se nehýbou, jsou v klidu, dokud učitelka nedá pokyn, že je pes pryč. Poté zase všechny děti vstanou a volně se pohybují. Učitelka může děti opravovat a vylepšovat jejich polohu, aby byla správná.



9. Snížená viditelnost

Pomůcky: šátky (ale jde to i bez nich), zvoneček nebo píšťalka

Všechny děti si zaváží (zavřou) oči a paní učitelka si stoupne někam opodál. Děti představují letadla (kola, auta, lodě) a paní učitelka maják. Maják vydává signály zbloudilým letadlům (kolům, autům, lodím) = pískání na píšťalku nebo zvonění zvonečkem apod. Paní učitelka píská/zvoní

v určitém časovém limitu. Účelem „letadel (kol, aut, lodí)“ je dostat se k majáku jako první. Děti se musejí pohybovat pomalu, aby do sebe nenarazily.

Na této hře lze dobře ukázat, že když je zhoršená viditelnost (mlha, sněhová vánice, déšť), je pro řidiče nebezpečné pohybovat se rychle, tak jako za normální viditelnosti. Mohlo by se jim něco stát – srazit chodce, sjet z cesty, narazit do ostatních atd.

10. Puzzle štafeta

Pomůcky: obrázky – např. různých dopravních značek, nebo k tématu, které s dětmi chcete probrat, rozstříhané podle počtu soutěžících v družstvech

Děti soutěží v družstvech. První v družstvu vyběhne co nejrychleji k vytčené metě. Tam sebere jeden ústřížek obrázkové skládačky. Vráť se zpět. Vyběhne druhý se stejným úkolem. Ti, kteří již doběhli, se pokoušejí poskládat obrázek. Dokončení obrázku oznámí družstvo zdvižením ruky. Trať je možno zpestřit různě volenými překážkami. Až mají všechny skupiny poskládaný obrázek, musí povědět, co na něm vidí (co nám např. dopravní značka říká, co chybí jezdcí na kolečkových bruslích atd.).

11. Poznáš dopravní značky?

Pomůcky: obrázky dopravních značek

- A. učitelka ukazuje obrázek dopravní značky a ptá se dětí, co značka znamená
- B. děti jsou v družstvech a na druhé straně třídy jsou umístěné značky. Učitelka řekne, kterou značku mají najít. Z každé skupiny vybíhá vždy jedno dítě. Pokud přinese správnou značku, jeho družstvo získává bod.

12. Vodník

Pomůcky: křída nebo lano

Děti stojí uvnitř kruhu vytvořeného z lana nebo nakresleného křídou, který znázorňuje rybník. Uprostřed je vybrané dítě – „vodník“ a děti plavou okolo něj a přitom říkají básničku:

*„Děti plavou po rybníku,
nikdo nemá rukávky,
komu první dojdou síly,
stáhne vodník za plavky.“*

Při posledním slově se děti snaží dostat co nejrychleji z rybníka ven a vodník se snaží alespoň jednoho chytit, ten se pak stává vodníkem.

Všechny děti jsou v kruhu, než dořeknou poslední slovo říkanky. Kruh musí být dostatečně velký. Děti se musí navzájem vyhýbat.

Při dalším opakování je dobré zařadit vydýchání, hra je vhodná pro vnitřní i vnější prostory.

13. Závodů bez končetin

Učitelka určí jedno až pět dětí, které budou „postižené“, nebudou mít jednu nohu, o kterou přišly při nehodě. Postižení mohou skákat pouze po jedné noze v menším přesně vymezeném prostoru, během hry mohou nohy střídat. Tito jednonozí jsou honiči a honí ostatní děti, které jsou zdravé. Když se jich dotknou, i oni se stávají jednonohými a přidávají se k honičům. Hra končí, když jsou všechny děti jednonohé. Hra mimo zábavy podporuje týmového ducha a empatii s handicapovanými.

14. Bouřka

Děti volně běhají/chodí po třídě, na hřišti. Učitelka vykřikne: „Bouřka!“ V tu chvíli si musí všichni sednout do dřepu a čekat, až bouřka přejde. Kdo si sedne poslední, vypadává za hry.

15. Co smí do dětské pusinky?

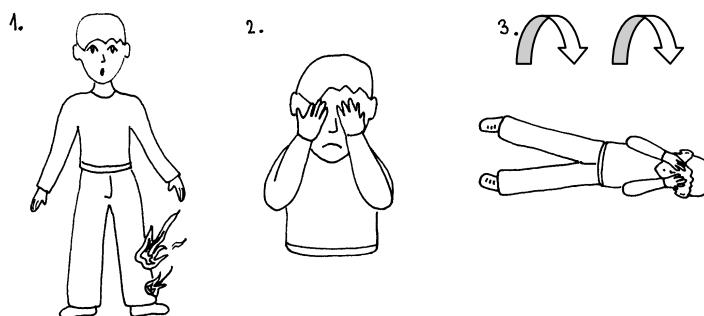
Pomůcky: kartony či papíry, křída, obrázky potravin

Děti rozdělíme na dvě družstva. Uvily na opuštěném ostrově, stávají se z nich trosečníci a potřebují potravu. K potravě se dostanou pouze po kamenech (papíry, kartony na zemi, kolečka nakreslená křídou) přes bažinu. Na každém kartonu smí stát vždy pouze jeden. Potravu (obrázky různých potravin nebo rostlin – fantazii se meze nekladou např. borůvky, maliny, ostružiny, jahody, banány, ananas, hříbek, muchomůrka červená a zelená, vraní oko čtyřlíst, sněženka, bledule, konvalinka, lískový ořech, kaštan, jeřabiny, rulík, šípky, bez černý květ, jitrocel, čekanka, bukvice) smí hledat jen dva hledači a posílají nalezené potraviny řetězově do tábora. Hráči stojí po jednom na kartonech v řadě za sebou a předávají si postupně ulovené potraviny. Může být stanoven časový limit. Poté učitelka zhodnotí společně s dětmi, zda vše, co si přinesly, je jedlé, nebo zda jejich družstvo nepřežilo a otrávil se. Případně družstvo, které bude mít více potravy, vyhrává, protože díky množství potravy přežije déle.

16. Kutálej se

Naučte děti, jak na sobě uhasí oheň. Důležité je chránit si oči a kutálet se po zemi. Hlavně neutíkat, protože tak oheň dostává více kyslíku a rychleji hoří a rozšiřuje se.

Hra se může hrát v družstvech – paní učitelka zakřičí: „Hoříte!“ Dítě, které je na řadě z každé skupiny (děti stojí v řadách za sebou) si zakryje oči, lehne si na zem a musí se dokutálet až na konec vymezeného prostoru.



17. Hry s čísly tísňového volání

Pomůcky: papíry s čísly 150, 155, 158, příp. 112, 156, obrázky aut hasičů, policie a záchranky, papíry s číslicemi 0, 1, 1, 2, 3, 4, 5, 5, 6, 7, 8, 9

1. Návčik telefonátu u nějakého úrazu (pozdrav, představení se, co se stalo, kde se to stalo, počet zraněných – nikdy nezavěšovat první!).
2. Po třídě jsou rozmístěná čísla tísňového volání (155, 150, 158)
- A. Děti stojí uprostřed třídy a paní učitelka rozdává dětem obrázky s policií, záchrannou službou a hasiči. Poté je děti musí přiřadit ke správnému číslu. Jde to i naopak. Lze použít pomůcku 158 – osmička jako pouta, 150 – nula jako rybník, 155 – pětka jako vozík pro fyzicky postižené.
- B. Po třídě jsou rozmístěna čísla tísňového volání (pro starší) či symboly policie, záchranky a hasičů (pro mladší). Děti chodí volně po třídě. Na pokyny paní učitelky – policie, záchranka a hasiči – běží ke správnému symbolu.
- C. Ve třídě jsou čísla tísňových linek (může být přidána i 112 či 156) nebo obrázky – žáci mohou být v družstvech, paní učitelka dává otázku např. „Koho byste zavolaly při...: ošklivé zlomenině, požáru, přepadení, krádeži, povodni, na záchranu domácího mazlíčka, při uštknutí zmijí, velkém pokousání psem, dopravní nehodě, nálezu padlého stromu

přes silnici, zaseknutí ve výtahu, otřesu mozku, poranění hlavy, infarktu, otravě, velkém popálení, sražení cyklisty, pohybu cizího člověka po vaší zahradě/ve vašem domě, pořezání sklem, ztracení v neznámém městě, tonutí, úniku chemických látek do přírody“ apod. Žáci pak běží ke správnému symbolu nebo číslu.

- D. Děti rozdělíme do skupinek, každá skupinka má k dispozici dvanáct číslic (např. nakreslených na papíře) 0123456789 + navíc jedna 1 a 5 (kvůli číslu 155 a 112). Učitelka ukáže např. obrázek hasičů, nebo řekne „hasiči“. Děti musí ve skupině co nejrychleji najít číslice a složit z nich správné číslo na příslušnou tísňovou linku, např. 150.

18. Na požárníky

Pomůcky: žebřiny, žíněnky, zvonečky

Děti jsou rozděleny do družstev podle počtu žebřin (2 – 3), při rozdělování se zohlední děti pomalejší i rychlejší tak, aby síly v družstvech byly vyrovnané.

Ve vzdálenosti asi šesti až deseti kroků od žebřin nakreslíme výběhovou čáru. Na ní stojí děti v družstvech v řadě za sebou čelem k žebřinám. Na žebřiny na nejvyšší příčku pověsíme zvoneček. Na povel učitelky vyběhne z každého družstva první hráč, vyleze na žebřiny, zazvoní na zvoneček a poté opět sleze dolů a běží zpět ke svému družstvu. Dotkne se dalšího dítěte, připraveného na čáře, a tím mu dá povel k vyběhnutí a sám se postaví na konec zástupu. Hra trvá do doby, než se vystřídají všechny děti ze všech družstev. Učitelka sleduje, které družstvo hru ukončí jako první. Vyhrává nejrychlejší družstvo. Hru můžete několikrát opakovat.

Děti smí vyběhnout až na povel učitelky. Při lezení po žebřinách nahoru i dolů musí stoupat z příčky na příčku – nesmí žádnou vynechat, ani seskakovat z vyšší příčky. Z důvodů nestejných výšek dětí se musí určit poslední vrchní příčka, na kterou musí dítě vylézt, aby se předešlo tomu, že se některé dítě na zvoneček pouze natáhne. Nesmí se zapomenout zazvonit, jinak není povoleno slézat dolů, při zapomenutí musí dítě celou trasu opakovat.

19. Jak mě vidí řidiči

Děti rozdělíme do skupin (ve skupině 5 – 8 dětí), dbáme na barvu jejich oblečení. V jednotlivých skupinách se musí děti seřadit podle barvy svého oblečení, jak by byly viditelné pro řidiče aut. Může být stanoven i časový limit. Poté učitelka společně s dětmi z ostatních skupin hodnotí jednotlivé skupiny. Skupina, která se poskládala nejlépe, vyhrává.

Autor: Mgr. Kristina Pokorná, DiS.
Recenze: MUDr. Irena Zimenová
MUDr. Stanislav Wasserbauer
Hana Pokorná
Ilustrace: Mgr. Kristina Pokorná, DiS.
Grafická úprava: Mgr. Kristina Pokorná, DiS., Petr Schön
Tisk: Jiprint s.r.o., Kosovská 26, Jihlava

Vydal Státní zdravotní ústav, Šrobárova 48, Praha 10.

Tento zdravotně výchovný materiál byl vydán za finanční podpory dotačního programu MZ „Národní program zdraví – Projekty podpory zdraví“ pro rok 2016, projekt č. 10679 „Prevence úrazů pro mateřské školy“



2. vydání, Jihlava 2016
© Státní zdravotní ústav
NEPRODEJNÉ