

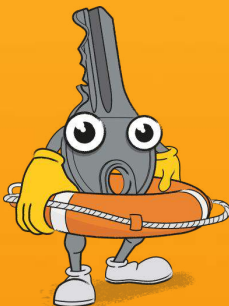
# Bezpieczeństwo Twojego dziecka



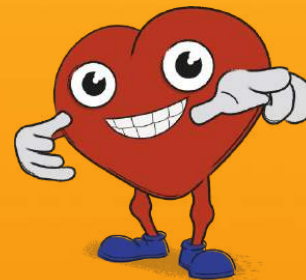
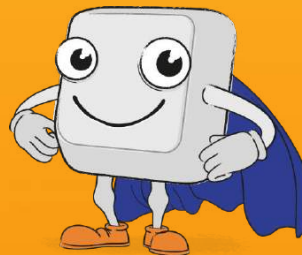
Organizator



Patronat Honorowy



Partner



**PUCHATEK**



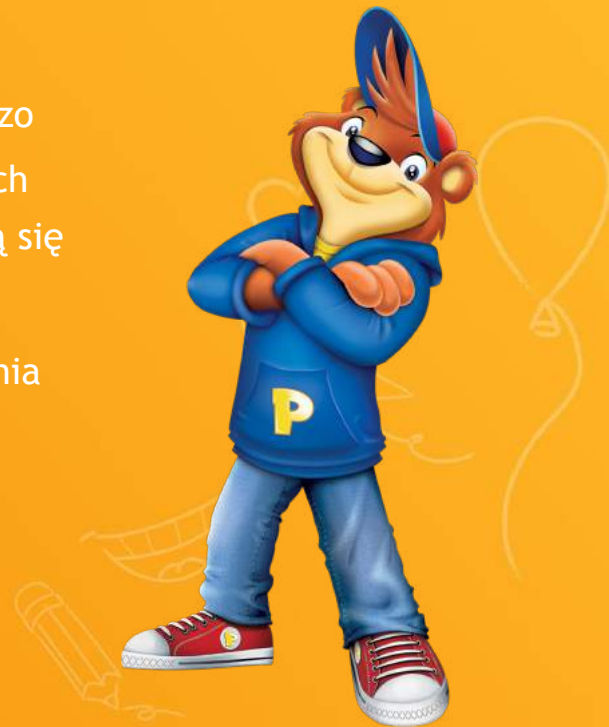
Biuro Prewencji  
I Biuro Ruchu Drogowego  
Komendy Głównej Policji

# Wielka Przygoda

Rozpoczęcie edukacji oznacza w życiu każdego dziecka początek bardzo ważnego etapu związanego z **nabywaniem wiedzy** oraz nowych umiejętności, w tym także społecznych. To okres, w którym zawiązują się pierwsze przyjaźnie i **kształtują relacje** w grupie rówieśniczej.

To także czas kształtowania większej **samodzielności** i próbowania nowych rzeczy przez dzieci.

To początek WIELKIEJ PRZYGODY :)



# Akademia Bezpiecznego Puchatka



Aby wspierać dzieci w tym ważnym dla nich czasie powstał program **Akademia Bezpiecznego Puchatka**, który jest:

- skierowany jest do uczniów **I klas** szkoły podstawowej,
- opracowany przez **psychologów**,
- **metodyków** i ekspertów od efektywnego uczenia się,
- zatwierdzony przez **Policję**,
- zakończony Ogólnopolskim Testem Bezpieczeństwa.



# Idea programu

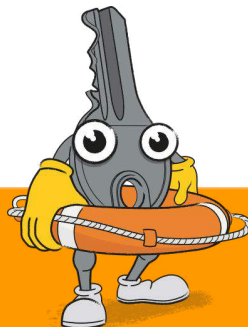
Dbać o własne bezpieczeństwo  
w różnych sytuacjach.



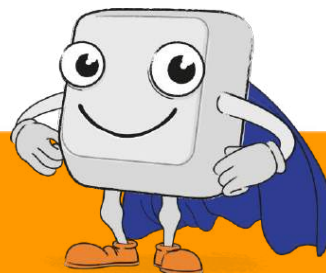
W Szkole



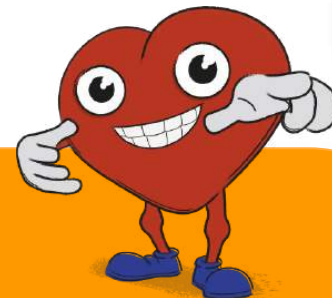
Na drodze



W domu



W Internecie



Wśród rówieśników



## Rodzice!

**Wy też** możecie poruszyć ten temat ze swoimi dziećmi i **przygotować je** na ewentualne niebezpieczeństwa.

Dlatego przygotowaliśmy dla Was kilka **wskazówek**.

# Bezpieczeństwo w szkole

---



# Bezpieczeństwo w Szkole

---

Na wstępie dobrze jest porozmawiać z dziećmi o tym, jak wygląda **typowy dzień w szkole**. Pozwoli im to oswoić się ze szkolną rzeczywistością.

Ponadto koniecznie trzeba uświadomić dzieci o tym, **że jeśli coś je zaniepokoi, mogą w każdym wypadku zgłosić się do zaufanego dorosłego: Rodzica lub Wychowawcy.**



# Bezpieczeństwo w Szkole

---

Warto także poruszyć z dziećmi temat zasad bezpiecznego zachowania w szkole:

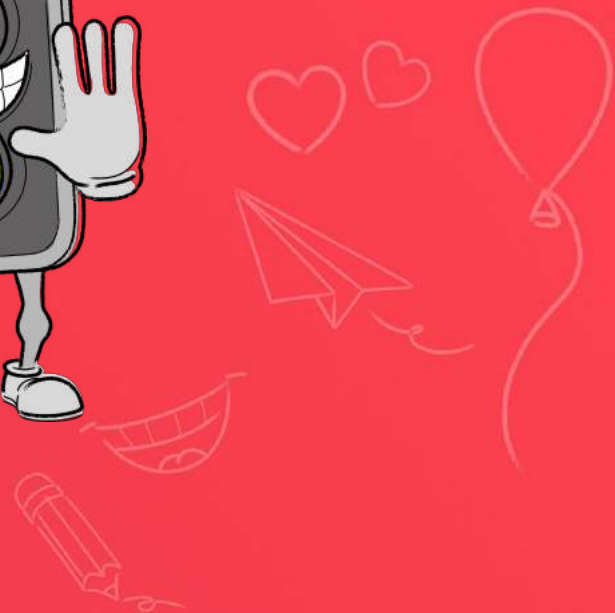
- **podczas zabaw** należy dbać o bezpieczeństwo swoje i kolegów,
- należy uważać, korzystając z **ostrych przedmiotów**, takich jak nożyczki,
- podczas przerwy **nie należy biegać** po korytarzach,
- **nikt nie może żądać od nas pieniędzy.**





# Bezpieczeństwo na drodze

---



# Bezpieczeństwo na drodze

---

Warto zacząć temat bezpieczeństwa od **drogi do szkoły**. Można przejść ją wspólnie, zwracając szczególną uwagę na przejścia dla pieszych, zwężeńia oraz punkty orientacyjne.

Warto także uświadomić dzieciom, że **do 7. roku życia muszą poruszać się po drodze z osobą, która ukończyła 10 lat** i że dopiero po skończeniu 10. roku życia dzieci stają się pełnoprawnymi uczestnikami ruchu drogowego.

Warto poruszyć z dziećmi podstawowe zasady poruszania się po drodze **zależności od środka transportu**.



# Pieszo

- będąc pieszym należy korzystać z **chodnika**, a idąc poboczem lub jezdnią trzymać się lewej strony drogi,
- korzystając z drogi dla rowerów należy **ustąpić pierwszeństwa rowerzystom**,
- chcąc przedostać się na drugą stronę drogi, należy korzystać z **przejść dla pieszych**,
- aby być widocznym na drodze należy zawsze **nosić odblaski** bez względu na porę dnia i miejsce,
- a po zmierzchu w obszarze niezabudowanym należy **zakładać kamizelkę odblaskową**.





# Samochodem

Jadąc do szkoły samochodem,  
należy pamiętać, że:

- dziecko powinno zawsze podróżować w **zapiętych pasach**, a jeśli ma mniej niż 150 cm wzrostu dodatkowo w **foteliku bezpieczeństwa**,
- tylko dzieci mające **więcej niż 150 cm** wzrostu mogą **siedzieć na przednim siedzeniu**,
- dziecko powinno zawsze wysiadać z pojazdu **od strony chodnika**.



# Publicznymi środkami transportu

---

Korzystając z publicznych środków transportu, należy pamiętać o kilku zasadach:

- na przystanku **stać spokojnie i czekać** na przyjazd autobusu lub tramwaju,
- nie podchodzić do **krawędzi jezdni** lub torów,
- **ostrożnie wsiadać i wysiadać** z autobusu czy tramwaju,
- pod żadnym pozorem **nie wychodzić na jezdnię zza autobusu** lub tramwaju.



# Na rowerze

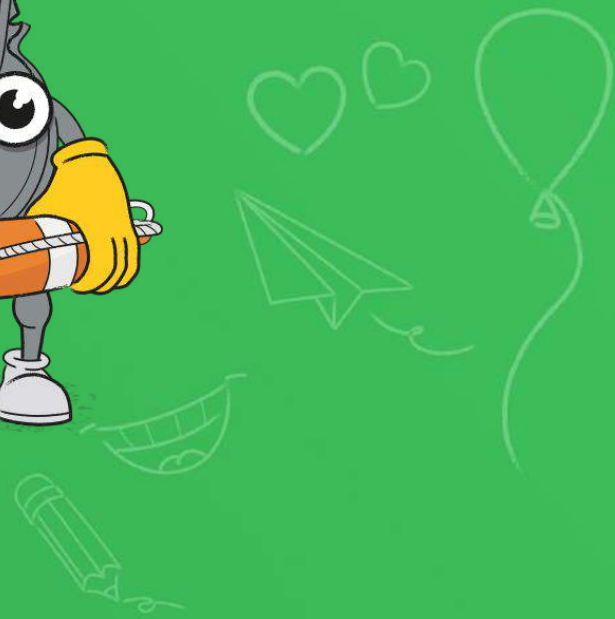
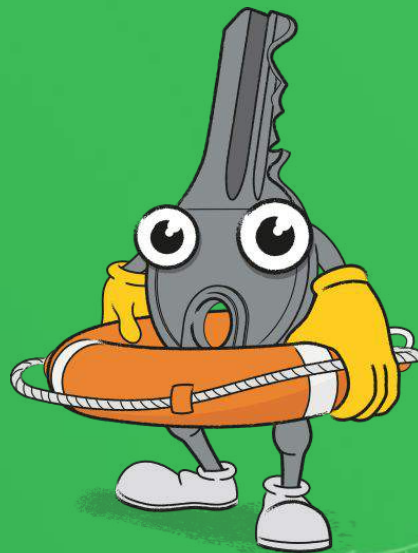
Warto wiedzieć, że:

- do 10. roku życia dziecko powinno poruszać się po drodze pod opieką dorosłych, a po ukończeniu 10. roku życia może zdawać egzamin na kartę rowerową,
- każdy rower powinien być wyposażony w **odblaski**, a rowerzysta w **kask** i ochraniacze na łokcie i kolana,
- należy korzystać z **dróg rowerowych**, a w razie jej braku można poruszać się poboczem lub jezdnią,
- na przejściu dla pieszych należy zsiąść z roweru i przeprowadzić go przez jezdnię.



# Bezpieczeństwo w domu

---





# Bezpieczeństwo w domu

Dom jest także miejscem,  
w którym należy przestrzegać  
kilku zasad bezpieczeństwa.  
Warto je z dziećmi poruszyć.

Do 10. roku życia dziecko powinno przebywać  
cały czas pod opieką osoby dorosłej.

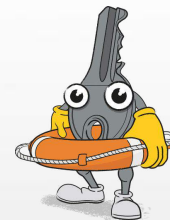




# Bezpieczeństwo w domu

---

- Po pierwsze i najważniejsze: **NIE OTWIERAMY DRZWI OSOBOM NIEZNAJOMYM.**
- Po drugie warto wspólnie **omówić potencjalnie niebezpieczne przedmioty**, które są na wyposażeniu domu. Mowa tu o piekarniku, czajniku, żelazku czy kuchence gazowej.
- Po trzecie koniecznie **przestrzec dzieci przed samodzielnym łykaniem lekarstw** lub substancji z nieznanymi pojemników czy buteleczek. Oczywiście najlepiej je schować poza ich zasięgiem.



# Pierwsza pomoc

---

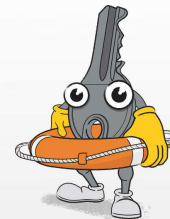
Historia zna przypadki, w których to właśnie **dzieci uratowały życie osobie dorosłej**. Wszystko dlatego, że wiedziały co robić. Dlatego należy uczyć dzieci już od najmłodszych lat zasad postępowania. Pomaga w tym:

- **częste przypominanie** zasad postępowania,
- uczenie udzielania pomocy ale w taki sposób, by stawiały, swoje bezpieczeństwo na pierwszym miejscu;
- wpajanie schematu wzywania pomocy,
- uczenie numerów alarmowych. Dobrze też powiesić w domu

**kartkę**

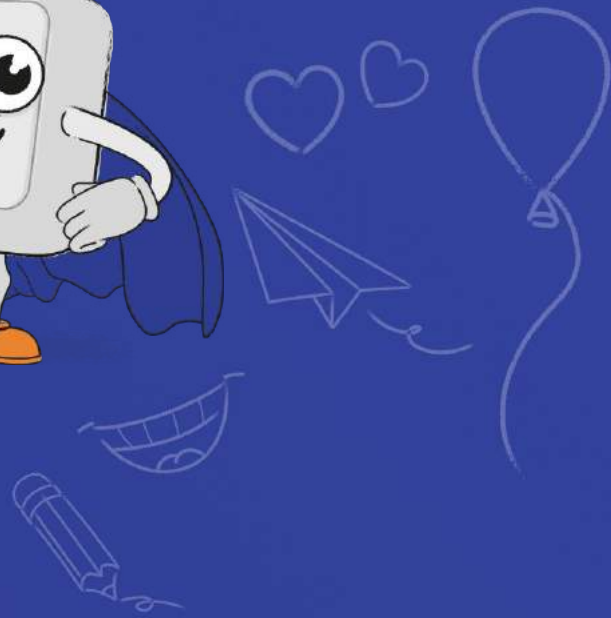
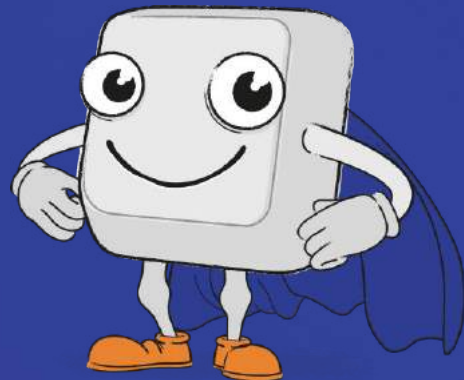
**z numerami alarmowymi w widocznym miejscu,**

najlepiej na **wysokości wzroku** dziecka, tak aby miało do nich łatwy dostęp.



# Bezpieczeństwo w internecie

---



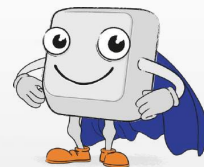


# Bezpieczeństwo w internecie

Internet jest już prawie wszędzie.

Otacza nas i powoduje, że trudno nam wyobrazić sobie funkcjonowanie bez dostępu do sieci. Dlatego

**już od najmłodszych lat  
należy wpajać dzieciom zasady  
bezpiecznego użytkowania Internetu.**



# Bezpieczeństwo w Internecie

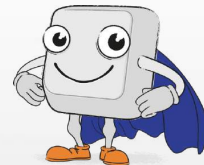
---

Powinno się kontrolować **z jakich stron korzysta** nasze dziecko i do jakich treści ma dostęp.

Po drugie koniecznie należy przestrzec dzieci **przed umawianiem się na spotkania** lub rozmawianiem z nieznanymi osobami.

Po trzecie Rodzice powinni ustalić zasadę, która **zabrania dzieciom przekazywania jakichkolwiek informacji** na swój temat.

Po czwarte, dzieci powinny wiedzieć, że **w każdej niepokojącej sytuacji należy powiedzieć o niej Rodzicom.**



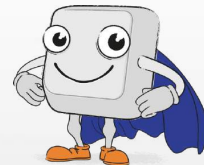
# Bezpieczeństwo w Internecie

---

Należy z dzieckiem ustalić, aby **bez zgody rodziców nie pobierało na komputer żadnych plików**, istnieje bowiem zagrożenie zainfekowania naszego komputera wirusem.

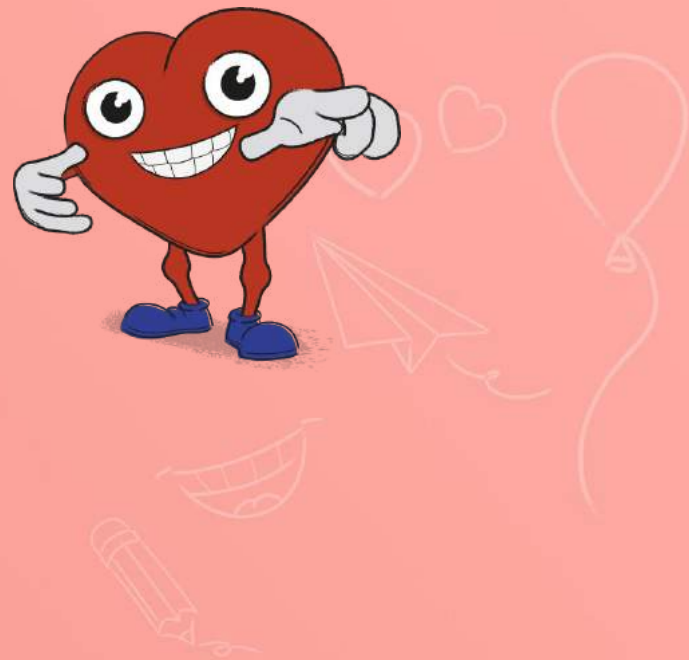
Dobrze jest także zawrzeć z dzieckiem **umowę na temat czasu spędzanego w Internecie** lub przed komputerem.

Warto także wpajać dzieciom **zasady dobrego zachowania** w Internecie.



# Bezpieczne relacje z rówieśnikami

---



# Bezpieczne relacje z rówieśnikami

Na początku edukacji dzieci nawiązują swoje **pierwsze relacje**, zwykle są one przelotne i wynikają z faktu siedzenia w jednej ławce, z czasem jednak zmieniają one status na trwalsze i bardziej angażujące. Dzięki kontaktom z rówieśnikami dziecko

**zyskuje okazję do zdobywania doświadczenia w sferze społecznego funkcjonowania,** uczenia się ról społecznych.





# Bezpieczne relacje z rówieśnikami



1. Dlatego ważne jest aby wyrabiać w dzieciach postawy pełne **szacunku do odmienności i indywidualności** innych.
2. Warto uczyć dzieci poczucia obowiązku **pomocy słabszym** lub tym, którzy radzą sobie gorzej niż inni.
3. Bardzo dobrze jest od początku edukacji wyrabiać w dzieciach przekonanie, że **każdy** z nich, niezależnie od wyglądu czy osiągniętych wyników w nauce, **jest ważny i stanowi wartość samą w sobie**.  
Wzmacnia to poczucie własnej wartości.
4. Warto także pobudzać **empatię** u dzieci, bowiem osoby empatyczne są bardziej świadome także swoich emocji i lepiej sobie z nimi radzą.



# Trudne emocje



Rozpoczęcie nauki w szkole wiąże się z silnymi emocjami, także z tymi trudnymi jak stres, strach czy smutek związany z rozstaniem.

Dlatego **warto rozmawiać z dziećmi o przeżywanych emocjach**, analizować ich źródła i wspólnie wypracowywać sposoby radzenia sobie z nimi.

Niezwykle istotne jest dawanie dzieciom **poczucia, że nie są same**, że mogą zwrócić się z każdym problemem do rodzica, który niezależnie od wagi tego problemu będzie stał po stronie dziecka, dając mu wsparcie.



# Trudne emocje

---



1. Dobrze, aby próbować z dziećmi **nazywać stany i przeżywane emocje**. Dzięki temu dzieci lepiej radzą sobie z nimi, ponieważ daje to okazję do zatrzymania się i samoobserwacji.
2. Ważne, aby nazywając emocje dziecka używać **komunikatów przypuszczających** oraz podawać nazwy emocji i możliwej przyczyny, która ją wywołała. Np.: *“Wygląda na to, że jesteś zdenerwowany, bo Karol zabrał Ci piórniki”*;
3. Należy dzieci zachęcać do dzielenia się swoimi przeżyciami z dorosłymi, jeśli coś ich niepokoi, a nie “duszenia” ich w sobie.
4. Konieczne jest, aby dziecko miało przekonanie, że jeśli doświadcza trudnych emocji lub dzieje się z nim coś niepokojącego **może zwrócić się o pomoc do Rodziców**.
5. W każdym wypadku należy dawać **wsparcie emocjonalne** dziecku oraz przyzwolenie na popełnianie błędów.





# Bezpieczeństwo dzieci jest najważniejsze.

Dbajmy o nie wspólnie.



Organizator

Patronat Honorowy

Partner

**PUCHATEK**



Biuro Prewencji  
I Biuro Ruchu Drogowego  
Komendy Głównej Policji