**Przysposobienie do pracy**

Jestem pomocny i kulturalny

1. Ciasto dla mamy. Pieczemy ciasto na niedzielę <https://www.youtube.com/watch?v=mSpP7iJAjNw>

Bardzo szybkie, proste ciasto. Możesz zamienić cukier na erytrytol czyli bezkaloryczny i zdrowy słodzik.

1. Co robisz, aby być kulturalną osobą? Posłuchaj piosenki <https://www.youtube.com/watch?v=-JIrvxJheRA>

* Opowiedz jak zachowuje się kulturalna osoba
* Co to są dobre maniery?
* TERAZ JUŻ WIESZ JAK ZACHOWUJE SIĘ KULTURALNA OSOBA!
* MAM NADZIEJĘ, ŻE TY NIGDY NIE UŻYWASZ NIEKULTURALNYCH SŁÓW ANI **WULGARYZMÓW ☹.**
* **CZY MAM RACJĘ?**
* **BO TO BYŁBY WSTYD UŻYWAĆ TAKICH SŁÓW!!!**

**WIESZ O TYM?**

* **A JAKICH SŁÓW TRZEBA UŻYWAĆ? ODPOWIEDZ SOBIE NA TO PYTANIE :)**

**W tym tygodniu masz zadanie: poćwicz się w mówieniu tylko kulturalnych słów!**

**Postaraj się, aby żadne brzydkie słowo nie wymknęło Ci się ani razu!**

1. Teraz sprawdzimy jak ćwiczyłeś w czasie Twojej samodzielnej pracy w domu. Ćwicz z piosenką <https://www.youtube.com/watch?v=FZ3pj_ZkldQ>

Poproś któregoś domownika, aby wykonał Ci kilka zdjęć podczas ćwiczeń i wyślij mi je w wiadomości tekstowej.

**Liczę na Ciebie i czekam na Twoje zdjęcia ☺**

1. W tym tygodniu chciałabym, żebyśmy przypomnieli sobie podstawowe zasady bezpieczeństwa, bo jak wiesz bezpieczeństwo nasze i innych jest najważniejszą rzeczą, o którą wszyscy powinniśmy dbać.

Dlatego bardzo Cię proszę obejrzyj uważnie filmik, który dla Ciebie wybrałam. <https://www.youtube.com/watch?v=OvMD_R2QQ_Q>

Jak młodzież pomaga sobie nawzajem w razie wypadku.

I Ty powinieneś w takich przypadkach udzielić pomocy.

Opowiedz co robimy kiedy:

* Osoba jest nieprzytomna…… co sprawdzamy?

I co dalej robimy?

* Osoba się zakrztusi…………………………………………

Widzimy na filmie 2 sposoby (spróbuj przećwiczyć z kimś z rodziny)

* Ktoś jest nieprzytomny i oddycha……………………….
* Jest złamana ręka ………………….

**Spróbuj przećwiczyć tę pomoc na kimś z rodziny. Powodzenia☺**