Kl. 7-8.

Termin 01 -05.06.2020 r.

Temat: Edukacja prozdrowotna. Zasady udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej.

1. Zasady udzielania na miejscu wypadku
2. Postępowanie przy zranieniach, krwotokach, oparzeniach.
3. Postępowanie przy urazach kości i stawów.

Znajdź w dostępnych źródłach zasady postępowania w powyżej opisanych sytuacjach.

Zobacz filmy:

https://www.youtube.com/watch?v=eQ2GHK7hogg

https://www.youtube.com/watch?v=CU6Bw2uCWgY

Czas na relaks.

Minimum 3 razy w tygodniu.

Poprzypominam proponowane zestawy ćwiczeń:
1. Łatwe: https://www.youtube.com/watch?v=wFgZRt1Kyf8
https://www.youtube.com/watch?v=_Ad7rv4-fUM

2.Trudniejsze: https://www.youtube.com/watch?v=oKLMHA9ylYo
https://www.youtube.com/watch?v=SCX2InGrNS8
https://www.youtube.com/watch?v=X75pEADfuGo