

ШКОЛЬНЫЙ МЕРИДИАН

Информационно-просветительская газета для родителей

Тематический выпуск №7, май 2024 год

«Лето без происшествий»

Наступает лето, а ваши дети совсем не знают, чем себя занять? Вот полезные советы, как провести каникулы не только весело, но и с пользой!

1) Посещение музеев, выставок и мастер-классов. Там дети смогут познакомиться с новыми ребятами и узнать много нужной и полезной информации.

2) Занятия спортом. «В здоровом теле здоровый дух», не правда ли? Зарядка по утрам, пробежка или езда на велосипеде – не только помогут своему телу быть здоровым и красивым, но и перезагрузиться морально.

3) Чтение. Можно найти жанры по душе и наслаждаться спокойным отдыхом.

4) Учеба. «Опять учиться?» – удивятся дети. Однако, учиться можно не только сидя за учебником. Изучать языки, осваивать какое-то интересное ремесло, приобрести новое увлечение, научиться решать увлекательные задачки по математике. Поверьте, это интересно!

5) Пребывание на свежем воздухе. Лето – идеальная пора для долгих прогулок с родными и друзьями. Пусть дети отложат гаджеты и устроят вместе с вами пикник на даче. Или поиграют в волейбол на спортивной площадке. Или организуют фотосессию для себя и своих друзей. Вариантов масса!

6) Осуществление своих планов. Может, ребенок хотел навестить бабушку с дедушкой? Давно мечтал разобраться в своей комнате? Хотел сходить в какой-нибудь музей? На летних каникулах есть много времени, чтобы совершить все то, о чем дети мечтали в течение учебного года.

Главное, чтобы дети не забывали об основных правилах безопасности в летнее время! И тогда лето принесет им только позитивные эмоции и замечательные воспоминания.

Детская онлайн-библиотека

Сегодня хотим поделиться с вами полезным и бесплатным ресурсом — электронной детской библиотекой.

- ✚ «НЭБ.Дети» — проект, который открывает доступ к книгам, журналам, газетам и даже диафильмам из фондов государственных библиотек-партнёров.
- ✚ На портале можно найти не только классику, но и современные издания для детей всех возрастов.
- ✚ Полный доступ к одним материалам открывается сразу после регистрации на сайте, чтобы получить другие, надо посетить библиотеку, в которой открыт «виртуальный зал» «НЭБ.Дети».

Библиотека доступна на сайте <https://nebdeti.ru>

Уважаемые родители! Лето скоро шагнет к нам на порог. И пусть наше лето не часто радует нас солнцем, мы сами способны своими улыбками освещать все вокруг. Сделайте все, чтобы каникулы ваших детей прошли благополучно, отдых не был омрачен! Помните! Ответственность за жизнь и безопасность детей во время летних каникул несут родители!

Сегодня в номере:

1. Внимание, лето!
2. Семь советов родителям!
3. Рекомендации родителям о безопасности детей летом.
4. Чем заняться на летних каникулах?
5. Детская онлайн-библиотека.

Внимание, лето!

Лето – время повышенного риска для детей. В каникулы они надолго остаются без присмотра взрослых. А вокруг – агрессивная и опасная среда. Призываем вас со всей ответственностью отнестись к организации досуга детей.

Незанятый ребенок – это опасно. Дети тонут в водоемах. Выпадают из окон. Гибнут на автомобильных и железных дорогах. Плюс – бесконтрольный доступ детей в сеть «Интернет» и соцсети, где очень много небезопасной информации для детей. В каждой семье необходимо установить защиту на компьютеры и ограничить допуск детей к некоторым ресурсам.

Именно родители должны планировать, чем занять ребенка летом. Бесконтрольность детей во время каникул и безответственное отношение родителей к своим обязанностям приводят и к жертвам на дорогах. Просим родителей не покупать детям мопеды и скутеры до тех пор, пока у них не будет навыков вождения и водительского удостоверения, без которого выезд на проезжую часть запрещен.

Обязательно расскажите ребенку о телефонах экстренных служб, позвонив по которым он, попав в сложную ситуацию, будет сориентирован специалистом службы спасения о дальнейших правильных действиях.



Запомните!
Телефоны службы спасения «01»,
с сотового – «112» или «101»

Семь советов родителям!



Совет первый

Заранее продумайте, как будут организованы каникулы.

Совет второй

Прогулки, игры и спортивные занятия на свежем воздухе – вот лучший отдых. Пребывание детей на свежем воздухе должно быть как можно дальше от проезжих дорог, транспорта, предприятий.

Совет третий

Постарайтесь сделать все от вас зависящее, чтобы уберечь ребенка от различных травм. Помните, что в каникулы увеличивается риск не только уличного, но и бытового травматизма. Поговорите с ребенком об этом.

Совет четвертый

Необходимо соблюдать режим дня. Чем младше по возрасту ребенок, тем больше времени требуется его мозгу и всему организму, чтобы полностью восстановить работоспособность.

Помните, что продолжительность непрерывного занятия за компьютером для детей в возрасте с 7 до 12 лет составляет 20 минут, а старше – не более 30 минут.

Совет пятый

Чтобы каникулы стали временем восстановления и накопления сил вашего ребенка, необходимо, чтобы в его рационе было достаточно молочных и мясных продуктов, овощей, фруктов.

Совет шестой

Воспользуйтесь каникулами, чтобы проконсультироваться у педиатра, окулиста, стоматолога, ортопед и других специалистов. Часто болеющему ребенку полезно будет провести курс лечебных процедур; комплекс упражнений для коррекции осанки.

Совет седьмой

Каникулы – самое подходящее время для экскурсий, совместного посещения музея, кинотеатра, бассейна и т.д.

Рекомендации родителям о безопасности детей летом

- Проведите с детьми индивидуальные беседы, объяснив важные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь и здоровье.
- Решите проблему свободного времени ребенка. Помните, что в ночное время (с 23.00 до 06.00 часов в летнее время) детям до 16 лет законодательно запрещено появляться на улице без сопровождения взрослых.

- При нахождении на улице в вечернее время необходимо обязательно наличие световозвращающего элемента (фликера) в целях безопасности.
- Постоянно будьте в курсе, где и с кем ваш ребенок, контролируйте место его пребывания.
- Убедите ребенка, что вне зависимости от того, что произошло, вы должны знать о происшествии. Объясните детям, что некоторые факты никогда нельзя скрывать, даже если они обещали хранить их в секрете.
- Объясните, что можно купаться только в отведенных для купания местах и только в присутствии взрослых.
- Изучите с детьми правила дорожного движения, езды на велосипедах, скутерах, мопедах, мотоциклах. Не забывайте, что детям, не достигшим 14 лет, запрещено управлять велосипедом на автомагистралях и приравненных к ним дорогам, а детям, не достигшим 16 лет, скутером (мопедом).
- Не разрешайте разговаривать с незнакомыми людьми. Объясните ребенку, что он имеет полное право сказать «нет» всегда и кому угодно, если этот «кто-то» пытается причинить ему вред.
- Объясните детям, что ни при каких обстоятельствах нельзя садиться в машину с незнакомыми людьми.
- Чтобы не стать жертвой или виновником дорожно-транспортного происшествия, обучите детей правилам дорожного движения, научите их быть предельно внимательными на дороге и в общественном транспорте.
- Проявляйте осторожность и соблюдайте все требования безопасности, находясь с детьми на игровой или спортивной площадке, в походе.
- Обратите внимание детей на наиболее распространенные случаи пожаров из-за неосторожного обращения с огнем: детская шалость с огнем; непотушенные угли, шлак, зола, костры; незатушенные окурки, спички; сжигание мусора на опушках леса; поджог травы, короткое замыкание, эксплуатация электротехнических устройств, бытовых приборов, печей.
- Остерегайтесь вовлечения ваших детей в группировки антиобщественной направленности (националистические группы, футбольные фанаты и др.).
- Расскажите детям об опасности экстремальных селфи (в недостроенных зданиях, на строительных объектах, на поездах и железной дороге, на крышах высотных зданий).



Очень важно для взрослых – самим правильно вести себя во всех ситуациях, демонстрируя детям безопасный образ жизни. Не забывайте, что пример взрослого для ребенка заразителен!

***Берегите себя и своих близких,
и тогда летний отдых принесет только радость!***



