

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «Безопасные каникулы – 2025»

### «Отдых с ребенком летом»

Лето – прекрасное время года. Семейный отдых позволяет уделить максимальное количество времени своему ребенку. Это долгожданное событие, которое Ваш ребенок с трепетом ожидал весь год.

Высокая активность солнца, холодная вода, насекомые, скоропортящиеся продукты преподносят в тоже время и различные угрозы.

Обеспечить безопасное лето для детей в первую очередь – задача родителей. Если вы летом отправляете ребенка отдыхать – обговорите с ним правила поведения на воде, солнце, дороге, лесу, горах.

**Большая часть несчастных случаев с несовершеннолетними происходят, к сожалению, в летний период.** Чтобы отдых принес только удовольствие вам и вашему ребенку постарайтесь соблюдать следующие правила:

✓ Если вы решили заниматься со своим ребенком, помните, что эти занятия должны быть кратковременными и проводить их лучше в утренние часы. Ваша задача – расширять кругозор детей, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребенка.

✓ Всеми силами отвлекайте ребенка от телевизора и компьютера, проводите все свободное время на свежем воздухе, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в футбол. Лето – это укрепление здоровья ребенка и от того как он отдохнет, во многом зависит его здоровье в следующем учебном году.

✓ Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Ребенок должен спать не менее 10 часов.

### ОСТОРОЖНО НА ДОРОГЕ!

**Безопасность на дорогах** – это обязанность, которая требует большой ответственности от родителей или опекунов, этим ни в коем случае нельзя пренебрегать.

Воспитывайте у ребенка потребность быть дисциплинированным и внимательным, осторожным и осмотрительным на дороге, на улице.

Постоянно напоминайте о том, что есть правила и для пешеходов, и для водителей.

Научите ребёнка не только видеть, но и слышать улицу: помните, что много несчастных случаев произошло из-за того, что ребёнок не услышал приближение транспортного средства.

Учите ребенка смотреть. У ребенка должен быть выработан твердый навык: прежде, чем сделать первый шаг с тротуара, он поворачивает голову и осматривает дорогу во всех направлениях. Это должно быть доведено до автоматизма.

Твердо усвойте сами и научите ребенка, что входить в любой вид транспорта и выходить из него можно только тогда, когда он стоит. Объясните ребенку, почему нельзя выпрыгивать на ходу из транспорта.

Научите детей ориентироваться на дороге, быть осторожными и внимательными, никогда не перебегать дорогу перед близко идущим транспортом, снимать наушники при переходе дороги на пешеходном переходе и на перекрестке.

Если ваш ребёнок был участником или свидетелем ДТП – обратитесь за помощью к психологу. Он поможет справиться со страхами и неуверенностью.

### ОСТОРОЖНО ВОЗЛЕ ВОДОЕМОВ!

**НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!** Не разрешайте им гулять в районе водоемов одним. Отдыхая вместе с детьми у воды, следите за ними и не оставляйте их одних, особенно во время купания. Будьте рядом с ними даже на мелководье. Пресекайте случаи катания детей на предметах, не предназначенных для этого. Будьте бдительны, не проходите мимо детей, особенно когда им нужна помощь.

Для предупреждения происшествий необходимо запомнить несколько правил:

1. Проверьте место отдыха, глубину водоема, убедитесь, что на дне нет коряг, водорослей и ила. Руслу и дно знакомых водоемов ежегодно могут меняться.

2. За купающимися детьми должно вестись непрерывное наблюдение со стороны взрослых.

Если взрослые школьники сами идут купаться, старайтесь чтобы они ходили в безопасные места, где есть пост спасателя и медсестра. Обучите детей не только плаванию, но и правилам поведения в критических ситуациях.

**ОТДЫХАЯ У ВОДЫ, НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ОБ ОПАСНОСТЯХ, КОТОРЫЕ МОГУТ ПОДСТЕРЕГАТЬ ВАС НА БЕРЕГУ И В ВОДЕ.**

**СОБЛЮДЕНИЕ МЕР ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ – ГЛАВНОЕ УСЛОВИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ЛЮДЕЙ НА ВОДОЕМАХ!**

### Безопасность ребенка в Интернете!

В наше время выполнение безопасных правил в сети Интернета и безопасность в реальном мире тесно связаны!

Нормальному развитию детей угрожают расистские и экстремистские сайты, открытая информация о наркотиках, порнографии и тому подобное. Недра Интернета таят в себе угрозу не только нравственности, но и кошельку – из-за обилия вредных программ: червей, вирусов, «звонилки».

Не отпускайте своих детей в свободное плавание по интернету: необходимо контролировать доступ в Интернет, ограничить выход на запрещенные сайты, пропагандирующие экстремизм, религиозные течения, азартные игры, наркоманию и другие опасные ресурсы. Рекомендуем регулярно просматривать историю посещений сайтов в браузере компьютеров, планшетов и смартфонов, особое внимание необходимо обратить на каналы **YouTube** подписчиком, которых является Ваш ребенок. Обратите внимание на виртуальных друзей Вашего ребенка в таких социальных сетях как «Facebook», «Вконтакте», «Одноклассники», «Мой мир».

**Будьте в курсе.** Важно знать, какими сайтами пользуются дети. Предпочтительнее сайты, где есть модераторы, которые следят за порядком. На многих чатах и форумах есть возможность общаться в приватном режиме. Настаивайте на том, чтобы ребенок не общался в привате с незнакомыми людьми.

Уважаемые родители, примите меры по ограничению и блокировке доступа к нежелательным сайтам, рекомендуем установить сервис «Родительский контроль» на персональные компьютеры, ноутбуки, планшеты и смартфоны.

### Уважаемые родители, берегите своих детей!

Помните о правилах безопасности Вашего ребёнка дома и на улице. Ежедневно повторяйте ребёнку:

1. Не уходи далеко от своего дома, двора.

2. Не бери ничего у незнакомых людей на улице. Сразу отходи в сторону.

3. Не открывай дверь людям, которых не знаешь.

### **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Уважаемые родители,** напоминаем о несении об ответственности за жизнь и здоровье ребенка в летний период, а также **просим Вас** оставить классному руководителю информацию об отдыхе и месте пребывания Вашего ребенка на летних каникулах.

**Лето – это подходящее время для развития и воспитания детей и важно не упустить те возможности, которые оно предоставляет.**