



Рекомендации родителям.

Осенние каникулы — не просто отдых от школы, но и замечательная возможность провести время с детьми, наполнив этот короткий период позитивом, яркими впечатлениями и теплыми воспоминаниями.

Многих родителей волнует вопрос: оставить ребенка на это короткое время в покое, дать ему выспаться и отдохнуть или же лучше организовать насыщенную программу? Во всем нужна мера. Но самое главное — это ваше участие. Детям не так важно, отвезете ли вы их на неделю куда-то к морю или за город, заполните ли все дни походами в театры и музеи... Им важно, чтобы вы были рядом. **Эмоционально** рядом. И для этого вовсе не обязательно выкладывать кучу денег, чтобы организовать действительно интересный и полноценный отдых ребенку.

Памятка родителям

Некоторые взрослые слово «отдых» трактуют как «ничего не делать», но это ошибочное представление. Полноценный отдых, наоборот, подразумевает разнообразие деятельности. Поэтому, если вы хотите, чтобы ребенок по-настоящему отдохнул, примите во внимание следующие моменты.

1. Детям важен активный отдых

Осень — время ярких красок и свежего, «звнящего» воздуха. Природа в это время года особенно красива, и прогулки по улице могут быть не только развлекательными, но и полезными для здоровья.

Знакомьтесь с окружающим миром. Вы можете вместе с ребенком собрать осенние листья для создания гербария, смастерить кормушку для птиц или организовать пикник на природе с горячим чаем и сладостями.

Займитесь спортом. А еще вы можете вместе покататься на велосипедах, роликах или скейтборде. Поверьте, и вы сами отвлечетесь от повседневной рутины, и ребенка зарядите массой положительных эмоций, и отношения с ним укрепите.

2. Дети необходима креативность

Осенние каникулы — идеальное время для творческих занятий, которые не только увлекут, но и помогут раскрыть таланты ребенка.

Творческие мастер-классы. Рисование, лепка, создание поделок — то, что помогает развивать у ребенка креативное мышление и интеллект. Попробуйте совместно сделать картины из осенних листьев или создать поделки из шишек и желудей.

Кулинарные эксперименты. Осенью мы можем наслаждаться дарами природы. Почему бы вам не устроить кулинарный мастер-класс дома? Научите ребенка готовить простые осенние блюда, такие как: тыквенный суп, овощное рагу, пирог с яблоками. Это не только интересно, но и полезно — проводить время вместе, обучая основам кулинарного искусства.

3. Дети нуждаются в общении и социализации

Каникулы дают возможность расширить круг общения вашего ребенка. Он сможет завести новые знакомства, что очень важно для его социальной адаптации и развития коммуникативных навыков.

Встречи с друзьями. Устройте совместное мероприятие с друзьями вашего ребенка. Вы можете организовать домашний кинотеатр с просмотром развивающих мультфильмов, а после обсудить вместе с детьми, что именно их привлекло, что взволновало. Так вы дадите им возможность не только научиться слушать друг друга, но и делиться своими переживаниями.

Посещение мероприятий. Посетите осенние ярмарки, выставки или мастер-классы в вашем городе. Это отличный способ привнести в жизнь ребенка новые знания, а также завести друзей по интересам.

4. Детям важен распорядок дня

Хотя каникулы — время для отдыха, важно не забывать о [режиме дня](#). Это помогает ребенку оставаться активным и полным сил, а также формирует у него здоровую привычку быть дисциплинированным.

Создание распорядка дня. Вместе с ребенком составьте план на каждый день осенних каникул, включив в него время для игр, творческих занятий, прогулок на свежем воздухе и отдыха. Обязательно вовлеките в процесс ребенка. Это поможет ему почувствовать собственную значимость в ваших глазах, развить самоуверенность и тягу к организованности.

Полноценный сон. Несмотря на каникулы, ребенку важно ложиться спать не позднее 22:00 и спать не менее 9 часов. Иначе проблемы, связанные с когнитивными функциями (память, мышление), не заставят себя долго ждать.

5 идей для планирования осенних каникул

Предлагаем список увлекательных занятий, которые окажутся доступны даже самым занятым родителям.

1

Вы можете организовать однодневный поход. А чтобы максимально вовлечь ребенка, предложите ему составить маршрут, дайте задание собрать необходимые вещи. Таким образом он окажется вовлеченным в предстоящее событие на несколько дней вперед.

2

Заведите «дневник ритуалов» на каникулы. А среди этих ритуалов могут оказаться совместные танцы по утрам, игры в рифму, чтение книг перед сном. Возможно, что-то из этих традиций останется в вашем доме и после окончания каникул.

3

Попробуйте сделать с ребенком то, что никогда не делали раньше. Это может быть поход на мастер-класс или урок игры на музыкальных инструментах.

Ребенку новый вид занятий подарит свежие эмоции, а вам поможет оценить его способности.

4

Запланируйте день, когда ребенку «разрешено все»: прыгать по лужам, рисовать на старых обоях, возиться с мукой и тестом, громко кричать или петь. При вашей поддержке это поможет ему научиться справляться с эмоциями и развивать креативное мышление.

5

Устройте день без гаджетов. Мы не замечаем, насколько зависимыми стали от смартфонов и как увлекаем в эту зависимость детей. Покажите своим примером ребенку, что можно отложить в сторону телефон и ноутбук и полноценно провести время без них.

Осенние каникулы — возможность ближе познакомиться со своим ребенком. Не упускайте ее. Ведь каждый момент, проведенный вместе, — шанс напитать ребенка позитивными эмоциями, которые играют ключевую роль в его развитии. Используйте это время с максимальной пользой, и вы увидите, как радость и счастье наполнят ваши осенние дни!

Итак, впереди каникулы – чудное время, которое так ожидаемо каждым школьником... Это славные деньки, когда нет учёбы и, соответственно, отсутствует необходимость просыпаться по будильнику рано, идти в школу и учиться. Но как ни странно, на каникулах тоже следует кое о чём позаботиться. И речь, безусловно, не об учёбе, а о безопасности! условно, не об учёбе, а о БЕЗОПАСНОСТИ!

Безопасность детей во время осенних каникул.

1. Соблюдай правила ПДД
2. Соблюдай правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами
3. Соблюдай правила поведения в общественных местах
4. Соблюдай правила личной безопасности на улице
5. Соблюдай правила поведения, когда ты один дома
6. Соблюдай правила безопасности при обращении с животными
7. Не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами.

Инструкция №1.

Правила поведения, когда ты один дома

1. Открывать дверь можно только хорошо знакомому человеку.
2. Не оставляй ключ от квартиры или дома в «надежном месте».
3. Не вешай ключ на шнурке себе на шею.
4. Если ты потерял ключ – немедленно сообщи об этом родителям.

Инструкция №2

Правила личной безопасности на улице

1. Если на улице кто-то идёт и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке.
2. Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой,

сопротивляйся, кричи, зови на помощь: «Помогите! Меня уводит незнакомый человек!»

3. Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.
4. Никуда не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину.
5. Никогда не хвастайся тем, что у твоих родителей много денег.
6. Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.
7. Не играй с наступлением темноты.

Инструкция №3.

Правила дорожного движения

1. Проходи по тротуару только с правой стороны. Если нет тротуара, иди полевому краю дороги, навстречу движению транспорта.
2. Дорогу переходи в том месте, где указана пешеходная дорожка или установлен светофор. Дорогу переходи на зелёный свет.
3. Когда переходишь дорогу, смотри сначала налево, потом направо.
4. Если нет светофора, переходи дорогу на перекрёстке. Пересекать улицу надо прямо, а не наискось.
5. Не переходи дорогу перед близко идущим транспортом.
6. На проезжей части игры строго запрещены.
7. Не выезжай на проезжую часть на велосипеде.

Инструкция №4

Правила пожарной безопасности и обращения с электроприборами

Запрещается:

1. Бросать горящие спички, окурки в помещениях.
2. Небрежно, беспечно обращаться с огнём.
3. Выбрасывать горящую золу вблизи строений.
4. Оставлять открытыми двери печей, каминов.
5. Включать в одну розетку большое количество приборов потребителей тока.
6. Использовать неисправную аппаратуру и приборы.
7. Пользоваться повреждёнными розетками. Пользоваться электрическими утюгами, плитками, чайниками без подставок из несгораемых материалов.
8. Пользоваться электрошнуром и проводами с нарушенной изоляцией.
9. Оставлять без присмотра топящиеся печи.
10. Ковырять в розетке ни пальцем, ни другими предметами.
11. Самим чинить и разбирать электроприборы.

Разрешается:

1. В случае возникновения пожара вызвать пожарную охрану.
2. Подавать сигналы тревоги.
3. Встречать пожарных и сообщать им об очаге пожара.
4. Знать план эвакуации на случай пожара.
5. Кричать и звать на помощь взрослых.

6. Двигаться ползком или пригнувшись, если помещение сильно задымлено.

7. Вывести из горящего помещения людей, детей.

Памятка родителям по обеспечению безопасности детей во время каникул.

С началом каникул, наших детей подстерегает повышенная опасность на дорогах, у водоёмов, в лесу, на игровых площадках, в садах, во дворах. Этому способствует погода, поездки и любопытство детей, наличие свободного времени, а главное отсутствие должного контроля со стороны взрослых. Чтобы дети были отдохнувшими, здоровыми и живыми надо помнить ряд правил и условий при организации их отдыха с родителями, родственниками, друзьями:

-формируйте у детей навыки обеспечения личной безопасности;

-проведите с детьми индивидуальные беседы, объяснив важные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь;

-решите проблему свободного времени детей;

Помните! Поздним вечером и ночью (с 21.00 до 7.00 часов) детям и подросткам законодательно запрещено появляться на улице без сопровождения взрослых;

-постоянно будьте в курсе, где и с кем ваш ребёнок, контролируйте место пребывания детей;

-не разрешайте разговаривать с незнакомыми людьми. Объясните ребёнку, что он имеет полное право сказать «нет» всегда и кому угодно, если этот «кто-то» пытается причинить ему вред;

-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;

-изучите с детьми правила езды на велосипедах, квадроциклах, скутерах, мопедах, мотоциклах.

Пожалуйста, сделайте всё, чтобы каникулы Ваших детей прошли благополучно, отдых не был омрачён!