



## Рекомендации психолога детям и родителям о правилах поведения во время летних каникул

Муниципальное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
**"Эколого-технологический лицей №79"**  
Педагог-психолог : Хасаншина Айгуль Аминовна.

## **Уважаемые родители, поздравляю Вас с началом каникул и завершением учебного года!**

♥ Чтобы уберечь своего ребенка от беды, следует, прежде всего, научить его распознавать опасность. Очень важно, чтобы Вы на шаг опережали ребенка, тогда Вы сумеете предвидеть, что он может сделать, еще до того, как он это сделает! Дети всегда открыты к общению, неспособные на ложь и предательство, верят, что весь мир такой же, и что никто не может их обмануть или обидеть. В силу возраста подросток стремится ко всему новому, хочет все узнать и попробовать, особенно если кто-то из сверстников советует это сделать. Детям интересны необычные люди, новая и интересная информация, а доверчивость не всегда несет только добро.

### **Важно!**

#### **1.Режим дня**

Соблюдение ритма труда и отдыха на протяжении каникул очень важно.

Постоянство, правила и режим снижают тревожность и риски неравномерного развития.

#### **2.Движение**

Двигательная активность — это высшая психическая функция, которая стимулирует внимание, восприятие, речь и память.

#### **3.Игры**

-словесные игры

-игры на ориентацию в окружающем пространстве

-игры на развитие зрительно-пространственных функций

#### **4.Здоровый психологический климат в семье.**

 **Ребенка нужно научить следующим правилам безопасности при общении с посторонними:**

1. Всегда играй в компании друзей.
2. Никогда не принимай подарки, сладости от незнакомцев без разрешения родителей.
3. Никогда не соглашайся куда-либо идти в сопровождении незнакомых людей, не садись в автомобиль с незнакомым человеком.
4. Кричи изо всех сил, если кто-то просит тебя об этом, немедленно расскажи родителям.
5. Никогда не позволяй кому-то прикасаться к тебе. Сразу расскажи об этом родителям.
6. Не обсуждай своих проблем с незнакомыми и малознакомыми людьми.
7. Если кто-то пытается ворваться в квартиру, звони в полицию, а затем открой окно и зови на помощь.
8. Если люди в автомобиле спрашивают тебя, как куда-нибудь доехать, не подходи близко и не соглашайся сопровождать их.

## Меры безопасного поведения при работе с Интернетом:

- 1.Объясните детям, что общаться и вести себя в социальной сети необходимо так же осторожно, как и в реальной жизни.
- 2.Запретите детям оставлять в публичном доступе или отправлять незнакомцам по почте контактную информацию: телефон, адрес.
- 3.Объясните детям, что нельзя соглашаться на уговоры незнакомых людей о личной встрече.
4. Подобные предложения лучше игнорировать, общение со слишком настойчивым человеком прекратить.
- 5.Просматривайте сайты, которыми часто пользуется ваш ребёнок, с целью недопущения вовлечения ребёнка в неформальные организации.

## **Советы родителям:**

1. Убедитесь, что ваши дети знают телефон полиции, скорой помощи, пожарной службы, адрес.
  2. Научите правилам безопасности дома и на улице.
  3. Всегда знайте, где ваши дети, и они пусть всегда знают, где вы.
  4. Никогда не пишите имя вашего ребенка на одежде, портфеле, велосипеде.
  5. Научите ребенка в случае, если он потерялся, ждать вас в том месте, где вы расстались, и никуда не уходить ни с кем, ни под каким предлогом.
  6. Всегда записывайте адреса и телефоны всех друзей вашего ребенка и их родителей.
  7. В случае возникновения неприязни между вашим ребенком и еще кем-либо обязательно выясните ее причины, постарайтесь уладить конфликт или избавьте ребенка от любого возможного контакта с источником неприязни.
- Никогда не пренебрегайте детскими опасениями, даже если вам кажется, что они мнимые. Убедите ребенка, что вы всегда придете на помощь, что бы ни произошло.

**Желаю отдохнуть на каникулах и провести время с семьей в удовольствие!**