

Летние каникулы с ПОЛЬЗОЙ




Ледкова О.Ю., педагог-психолог
МАОУ «СОШ № 56 г. Челябинска»
руководитель ГМО педагогов-
психологов

Долгожданный период летних каникул





Важно проводить время на свежем воздухе и позволить вашему организму отдохнуть от школьных нагрузок.



Отправляйтесь
в поездку недалеко
от города



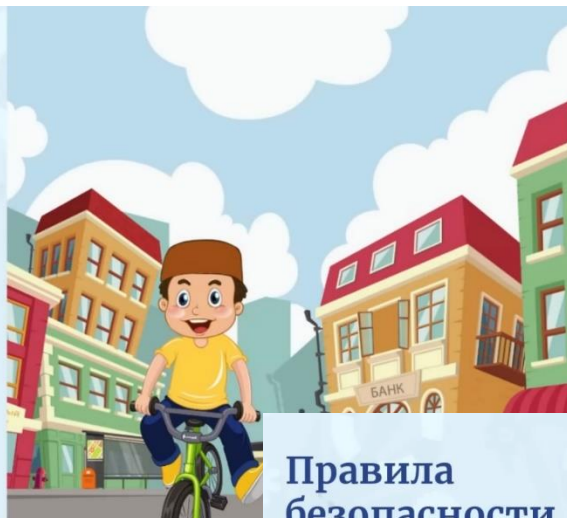


Катайтесь на велосипеде



Правила безопасности

Не допускается кататься, не держась за руль руками или сняв ноги с педалей.



Правила безопасности

Запрещается передвигаться на велосипеде поперёк проезжей части.



Правила безопасности

Запрещается во время езды на велосипеде разговаривать по мобильному телефону.



Правила безопасности

Не стоит пренебрегать таким эффективным средством защиты, как велосипедный шлем.



Организуйте пикник у водоёма

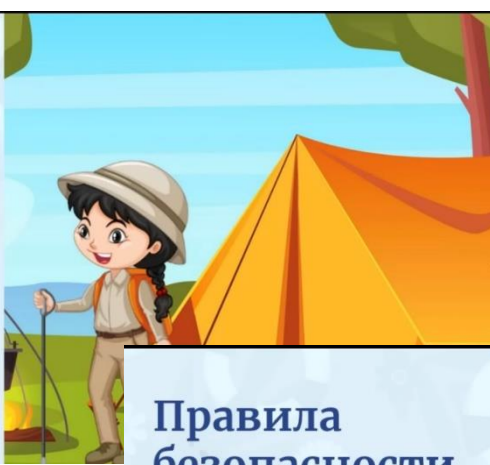


Отправляйтесь
в поход



Правила безопасности

Одежда должна быть прочной, свободной и всегда соответствовать погоде и сезону.



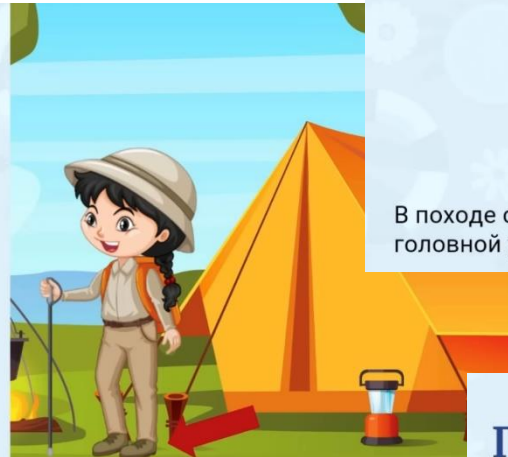
Правила безопасности

В походе обязателен головной убор.



Правила безопасности

Обувь лучше выбирать закрытую, с жёсткой подошвой.

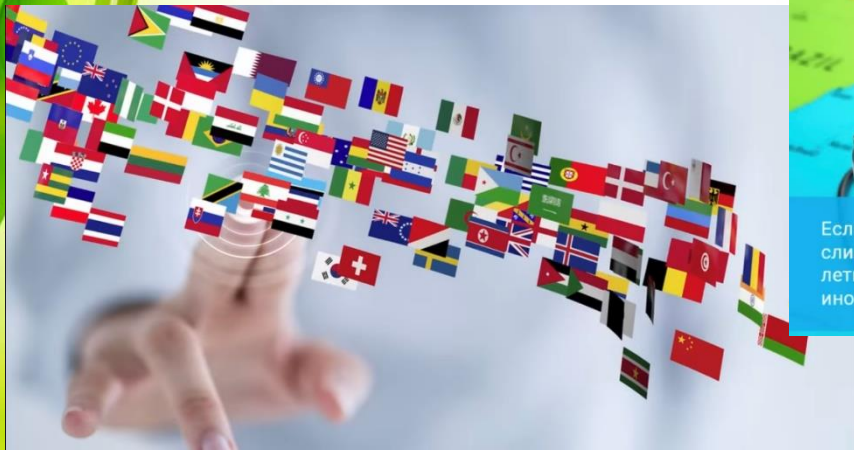


Правила безопасности

Не разводите огонь под деревьями.



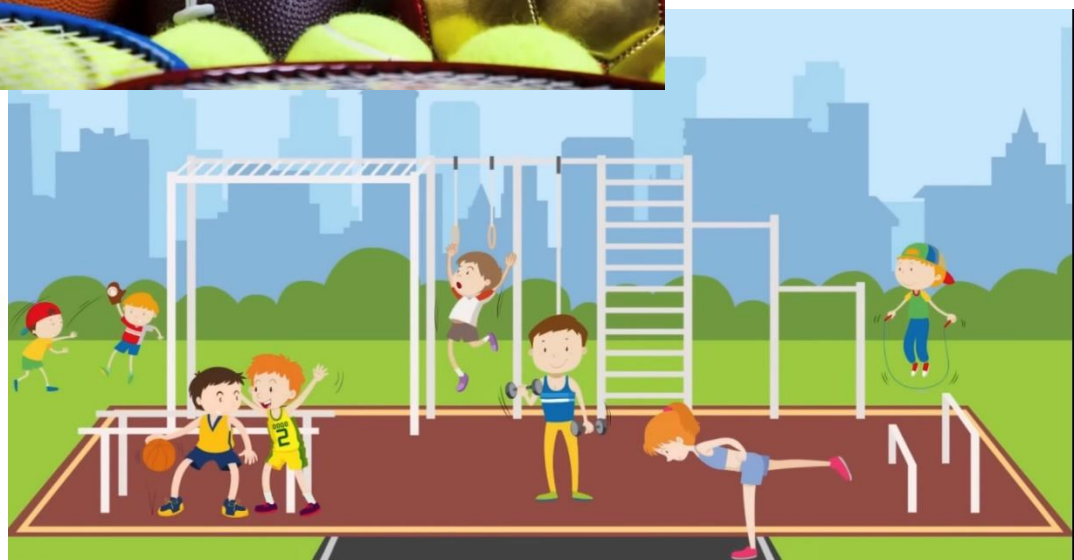
Изучайте иностранные языки



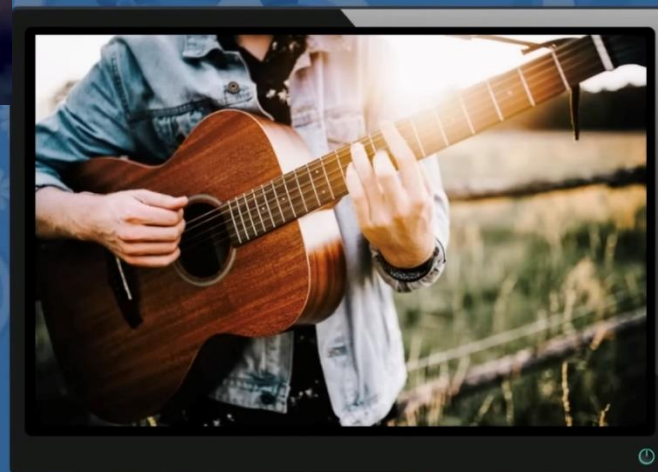
Если занятия на курсах покажутся вам слишком официальным делом для летних каникул, попробуйте выучить иностранный язык самостоятельно.



Займитесь
спортом




Учитесь играть
на музыкальных
инструментах



Пройдите курсы
рисования или
рукоделия





Устройте
челлендж





Почитайте
книгу



Найдите
подработку

Найдите
подработку

Поговорите с родителями,
другими родственниками и
друзьями семьи, чтобы узнать
о различных возможностях
трудоустройства.

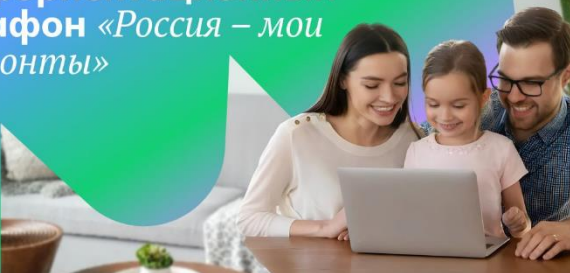


Станьте
волонтером



Определитесь с выбором будущей профессии

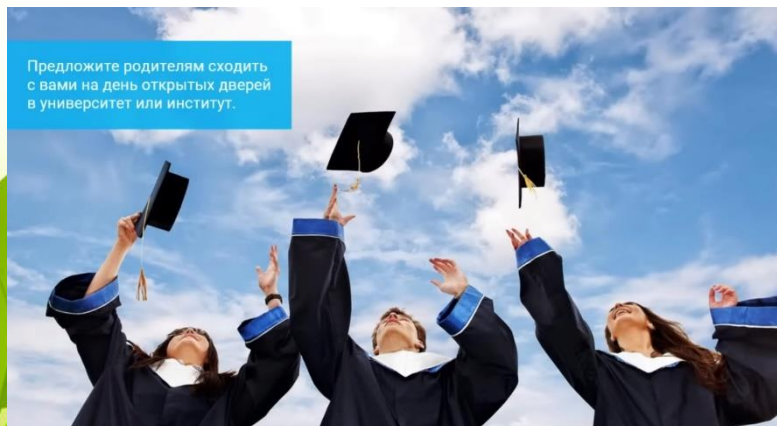
Всероссийский
профориентационный
марафон «Россия – мои
горизонты»



ТВОЙ ПУТЬ,
ТВОЯ МЕЧТА,
ТВОЯ ПРОФЕССИЯ!



Предложите родителям сходить
с вами на день открытых дверей
в университет или институт.



Памятки для детей и подростков



МИНИСТЕРСТВО
ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Если ты остался дома и используешь интернет

1. Общайся только с теми, кого знаешь в жизни
2. Никому не сообщай свои логин и пароль от аккаунтов
3. Не размещай данные о себе и своей семье в открытом доступе
4. Если незнакомый собеседник предлагает тебе встретиться, откажись и расскажи об этом взрослым
5. Если в интернете тебя что-то пугает или вызывает сомнение, сразу сообщи об этом!

 **ТАКОЙ ДЕНЬ**



МИНИСТЕРСТВО
ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Если находишься у водоёма

1. Купайся только в разрешённых местах
2. Не прыгай в воду в непроверенных местах
3. Во время купания не шуми слишком громко – можно не заметить, что кто-то в опасности
4. Если кто-то тонет, зови на помощь взрослых и звони



МИНИСТЕРСТВО
ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Если потерялся в лесу

1. Остановись! Оглянись! Окрикни! Не уходи с места
2. По возможности позвони 112, назови себя и попроси помощи
3. Подавай сигналы всеми возможными способами: используй свисток, бей палкой по дереву

Главное – не ешь незнакомые грибы и ягоды, не трогай животных и не подходи к водоёмам

 **ТАКОЙ ДЕНЬ**
КОНТЕНТ ДЛЯ СООБЩЕСТВ



МИНИСТЕРСТВО
ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ

Если потерялся в общественном транспорте: автобус, троллейбус, трамвай, метро

1. Если остался на остановке, а родители уехали: стой на месте, за тобой вернутся
2. Если родители вышли, а ты уехал дальше: выходи на следующей остановке, за тобой приедут
3. В метро можешь ждать у столба информации (в центре платформы)

 **ТАКОЙ ДЕНЬ**
КОНТЕНТ ДЛЯ СООБЩЕСТВ

С пожеланиями теплых солнечных дней!

