

Инструктаж по правилам поведения во время весенних каникул

Дорогие ребята! Весенние каникулы — это время для отдыха, игр и новых впечатлений! Чтобы ваши каникулы прошли весело и безопасно, мы подготовили несколько важных правил, которые нужно соблюдать.

1. Безопасность на улице

- Будьте внимательны!* При переходе дороги всегда смотрите по сторонам и переходите только на зеленый свет светофора.
- Не играйте на проезжей части.* Игры на улице лучше проводить вдали от дороги.
- Не общайтесь с незнакомыми людьми.* Если кто-то предложит вам что-то или захочет поговорить, лучше уйти и рассказать об этом взрослым.

2. Правила общения

- Будьте вежливыми.* Улыбайтесь, говорите «спасибо» и «пожалуйста». Вежливость — это важно!
- Не ссорьтесь.* Если возник конфликт, постарайтесь решить его мирно или обратитесь за помощью ко взрослым.
- Помогайте друг другу.* Если кто-то из друзей попал в беду, постарайтесь помочь ему.

3. Здоровый образ жизни

- Не забывайте о физической активности.* Играйте на улице, гуляйте с друзьями, выполняйте зарядку.
- Правильно питайтесь.* Старайтесь есть фрукты и овощи, пейте много воды.
- Соблюдайте режим.* Не забывайте отдыхать и спать, чтобы быть полными сил для новых приключений.

4. Время с родителями

- Проводите время с семьей.* Устраивайте совместные прогулки, игры или просмотры фильмов.
- Помогайте по дому.* Участвуйте в домашних делах — это весело и полезно!

□ *Рассказывайте о своих днях.* Делитесь с родителями тем, что вам интересно и что вы делали.

□ 5. Безопасный интернет

□ *Не общайтесь с незнакомцами в интернете.* Не давайте личную информацию и не соглашайтесь на встречи.

□ *Выбирайте контент.* Обращайте внимание на то, что вы смотрите в интернете, выбирайте только безопасные и интересные материалы, соответствующие вашему возрасту.

□ *Обсуждайте с родителями.* Если вам что-то непонятно или вызывает тревогу, обязательно расскажите об этом взрослым.

Помните, что весенние каникулы — это время для радости и веселья! Соблюдая эти простые правила, вы сделаете свои каникулы безопасными и незабываемыми! Хороших вам каникул! ✧