

Памятка для родителей

«Что проверить перед школой»

Эта памятка поможет Вам быстро убедиться, что ребёнок готов к учебному дню и находится в безопасности.

Одежда и обувь:

- Проверьте, соответствует ли одежда погоде: в холодное время года обязательны шапка, шарф и перчатки.
- Убедитесь, что обувь удобная, по размеру, с нескользящей подошвой — это снизит риск падений и травм.
- Обратите внимание на наличие светоотражающих элементов (нашивок, брелоков, вставок) на одежде и рюкзаке — они делают ребёнка заметнее на дороге в тёмное время суток.

Содержимое рюкзака:

- Проверьте, есть ли у ребёнка необходимые учебные принадлежности, а также бутылка с водой и, при необходимости, перекус (фрукты, злаковый батончик).
- Исключите из рюкзака потенциально опасные предметы: острые канцелярские принадлежности без защитных колпачков, аэрозоли, зажигалки и т. п.
- Убедитесь, что рюкзак не перегружен: его вес вместе с содержимым не должен превышать 10–15 % от веса ребёнка.

Связь и ориентирование:

- Если ребёнок пользуется телефоном, проверьте заряд батареи и исправность устройства.
- Напомните ребёнку номера телефонов родителей и экстренных служб (112).
- Убедитесь, что ребёнок знает свой домашний адрес и маршрут до школы.

Состояние ребёнка:

- Оцените самочувствие ребёнка: при признаках болезни (температура, кашель, слабость) не отправляйте его в школу.
- Поговорите с ребёнком о его настроении: если он испытывает тревогу или страх, важно выяснить причину и поддержать его.

Правила на день:

- Напомните основные правила безопасности: не разговаривать с незнакомцами, не уходить с территории школы без разрешения, сообщать взрослому, если кто-то ведёт себя подозрительно или угрожает.
 - Обсудите план действий в случае, если ребёнок потеряется или почувствует опасность: к кому обратиться за помощью (учитель, охранник, сотрудник магазина), куда позвонить.
-
-