

Отдыхаем на «ОТЛИЧНО»!

**Как правильно
организовать детский?
ОТДЫХ**

Лето – долгожданное время для детей и беспокойный период для родителей.

Чем занять ребёнка, чтобы он не провёл три месяца у телевизора или компьютера?

Как помочь ему не растерять, а приумножить знания?

Как сделать отдых не только приятным, но и полезным?

Важные моменты

1. Начните планировать летнее время заранее, чтобы рассмотреть множество вариантов, оценить возможности.
2. Учитывайте желание ребенка, его интересы и индивидуальные особенности.
3. Приобщите к обсуждению летних планов ребенка независимо от его возраста.

Нормы нахождения детей и подростков за электронными устройствами

7-11 лет работать за компьютером ребенку можно по 20-30 минут

12-14 лет время увеличивается еще на 15 минут

15 лет подросток может работать с компьютером и гаджетами по 1-2 часа в сутки.

При этом каждые 30-40 минут следует прерываться и отходить от монитора (дисплея), чтобы отдохнуть, сделать глазную гимнастику и зарядку.

Отдых в летнем лагере

- возможность дать ребенку некоторую свободу, которая поможет ему стать более независимым, самостоятельным и ответственным
- лучше всего впервые отправлять ребенка в лагерь в возрасте 10–11 лет,
- при первом самостоятельном отдыхе лучше ограничиться лагерем в ближайшем пригороде
- если ребенок замкнут и застенчив, лучше отправлять его в лагерь вместе с другом на одну смену
- заранее научите его самообслуживанию

Плюсы летних лагерей:

- распорядок дня приучает к дисциплине, и позволять детскому организму нормализовать сон;
- оздоровление (детские базы отдыха расположены вдали от шумных пыльных городов, дети ежедневно находятся на свежем воздухе)
- питание в лагере - это набор стандартных полезных блюд
- ежедневная занятость (если ребёнок в городе предоставлен сам себе во время каникул, то в лагере чётко продумана система занятости)
- **МНОЖЕСТВО НОВЫХ ЗНАКОМСТВ.**

Информация об организации отдыха детей в лагерях с дневным пребыванием детей (ЛДП) в 2024 году

Заявление можно подать:

очно в образовательном учреждении, в котором организован оздоровительный лагерь или через многофункциональные центры предоставления государственных и муниципальных услуг (МФЦ), (управление образования г.Североуральскул. Ленина, д.38 А, кабинет№ 24)

заочно (в электронном виде) через Единый портал государственных услуг (ЕПГУ) по ссылке <https://www.gosuslugi.ru/>).

Краткосрочные программы МАУ ДО «ЦВР» на июнь-июль 2024 (г. Североуральск, ул. Каржавина д.27, тел. для справок 2-38-89)

Бумагия/техническая/7-9 лет

Бумажный мир/техническая/6,5-9 лет

Вязание крючком/художественная/7-12 лет

Играя-познаю/социально-педагогическая/5-7 лет

Лего-конструирование/техническая/6-10 лет

Пластилиновая фантазия/художественная/5-8 лет

Рисовать просто/художественная/7-10 лет

Хатха-йога/физкультурно-спортивная/12-18 лет

Школа безопасности/туристско-краеведческая/13-17 лет

Юный турист/туристско-краеведческая/7-10 лет

Плата с родителей (законных представителей) не взимается:

- детей, в семьях которых один из родителей (законных представителей) является**
 - детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей**
 - детям, вернувшимся из воспитательных колоний и специальных учреждений закрытого типа**
 - детей-инвалидов**
- детей с ограниченными возможностями здоровья**



У нас закон такой:

22:00

детям пора домой!

**С 2021 ГОДА КРУГЛЫЙ ГОД ДЕЙСТВУЕТ
КОМЕНДАНТСКИЙ ЧАС**

**С 22.00 ДО 6.00 НАХОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ ДО 16 ЛЕТ
В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ БЕЗ
СОПРОВОЖДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ ИЛИ ОПЕКУНОВ
ЗАПРЕЩЕНО!**

**ЗА НАРУШЕНИЕ – АДМИНИСТРАТИВНОЕ
ВЗЫСКАНИЕ: ШТРАФ 1000-5000 РУБЛЕЙ**

*Приятного, полезного
и интересного
вам отдыха!*