**INFORMACJA DLA RODZICÓW**

**RODZICU: dbaj o dziecko, rodzinę i przestrzegaj ograniczeń!**

1. zadbaj o spokojną, życzliwą atmosferę w domu– wspólne spędzenie czasu sprzyja budowaniu dobrych relacji z dzieckiem, rozmowom, wspólnym zajęciom i rozwijaniu zainteresowań: może gry planszowe i in. …

2. podczas trwania tej przerwy ogranicz kontakt dziecka z innymi osobami, w szczególności starszymi oraz nie wyjeżdżaj poza obszar zamieszkania, unikaj miejsc, gdzie są duże skupiska ludzi (np. komunikacja publiczna, kino, teatr, centra handlowe).

3. bądź wsparciem dla swojego dziecka, ono psychicznie przeżywa niedogodności dnia codziennego bardzo silnie, może nie rozumie przyczyn i być może boi się tej sytuacji,

4. zachęcaj dziecko do samodzielnej nauki w czasie, gdy nie będzie lekcji w szkole,

5. uświadom dziecku, że to nie jest czas ferii tylko nauka w innych warunkach,

6. bądź pomocny jeśli dziecko będzie miało kłopoty z nauką, ćwiczeniem, zadaniem do wykonania,

7. obserwuj, pomóż gdy potrzeba, lecz nie wyręczaj dziecka,

8. motywuj dziecko do pracy wyrażając pochwały, uznanie dla jego wysiłku, wiarę w jego możliwości,

9. zauważ i doceń nawet najmniejszy sukces dziecka,

10. wdrażaj dziecko do sumiennego wywiązywania się z obowiązków szkolnych,

11. ustal z dzieckiem rytm dnia: czas nauki, posiłków, odpoczynku, snu,

12. zadbaj o odpowiednie miejsce dziecka do nauki i właściwe oświetlenie,

13. **zadbaj o wartościowe odżywianie dziecka (warzywa, owoce każdego dnia) - jest podstawą właściwej pracy mózgu (Twój samochód bez paliwa też nie pojedzie)**

14. zadbaj o przerwy w nauce dziecka – aby dotlenić organizm spacer w spokojne miejsce wskazany,

15. chroń dziecko przed informacjami medialnymi ze świata, które mogą powodować stres,

16. rygorystycznie przestrzegaj w domu zasad higieny,

17. w przypadku problemu dziecka bądź w kontakcie z wychowawcą, nauczycielem, dyrektorem,

18. śledź na bieżąco komunikaty GIS, MZ i MEN o sytuacji epidemiologicznej w kraju oraz informacje przesyłane przez dyrektora szkoły w dzienniku elektronicznym,

19. RODZICU pamiętaj o bezpieczeństwie swojego dziecka w sieci internetowej.

Dyrektor Małgorzata Muchlewicz