

Права граждан России

У каждого есть права, и их важно знать и уважать.

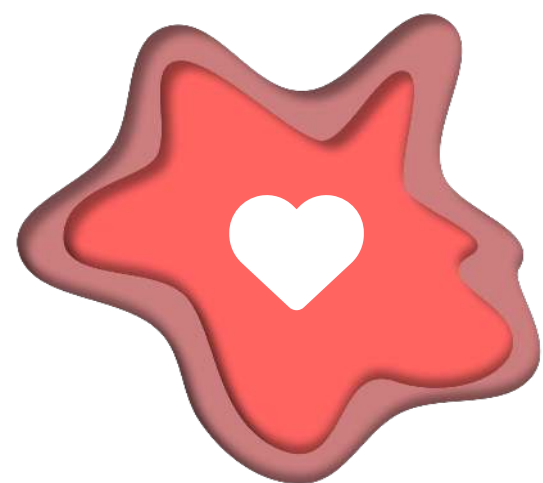


Откуда берутся права человека в России

Главные права и свободы записаны в Конституции России. Это основной закон страны: он помогает понимать, что можно делать каждому человеку и как государство должно его защищать.



Что защищает право на жизнь и безопасность



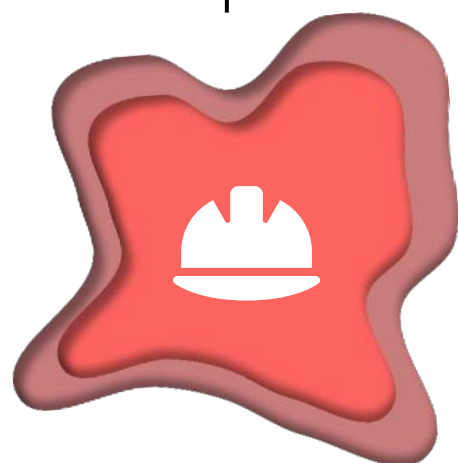
Жизнь человека

Право на жизнь — самое главное. Оно означает, что человек должен быть защищён от опасности, насилия и любых действий, которые угрожают его жизни.



Защита государства

Государство помогает людям чувствовать себя в безопасности. За это отвечают врачи, полиция, спасатели и правила, которые работают дома, в школе и на улице.



Безопасные правила

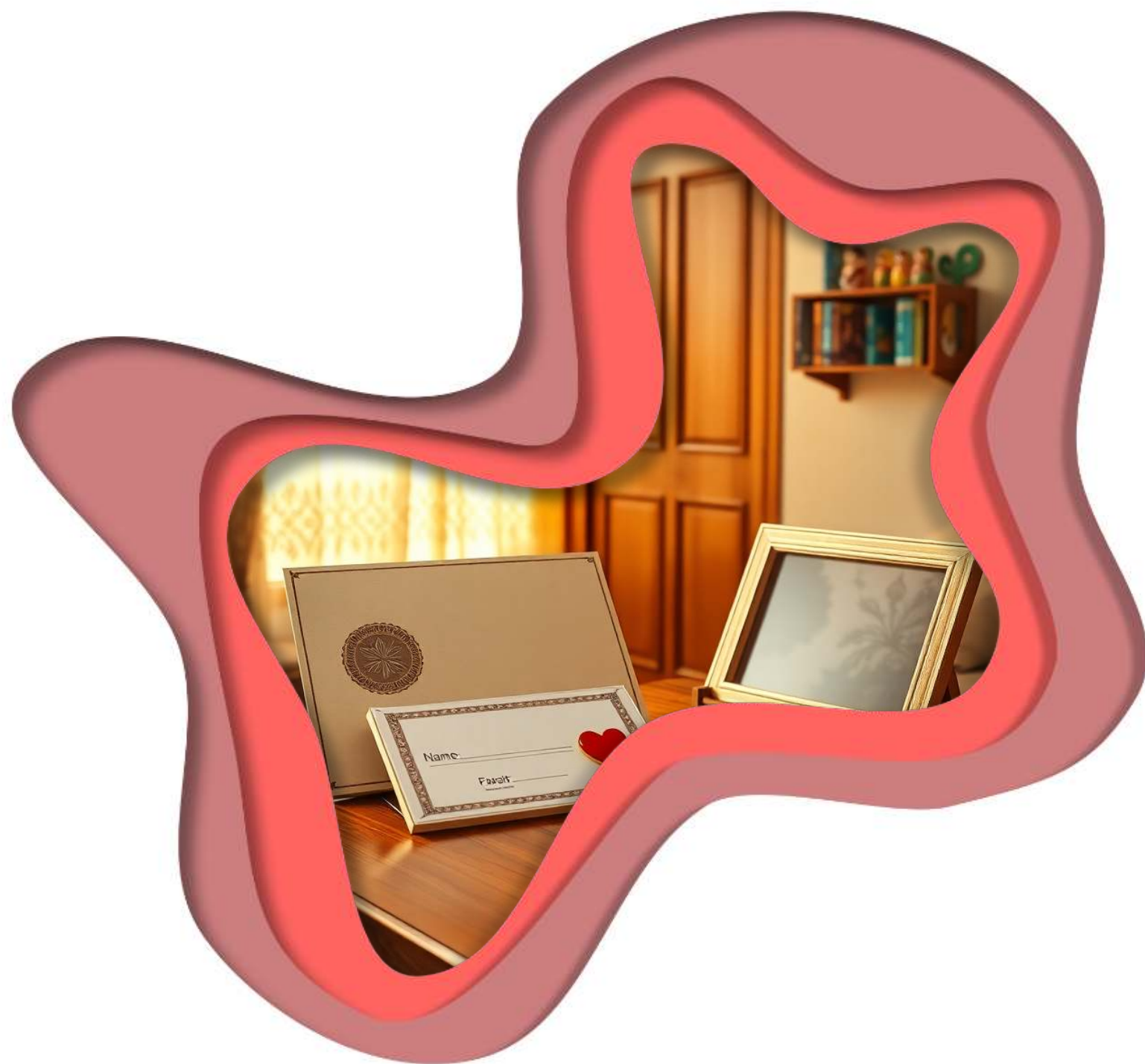
Правила безопасности учат, как вести себя осторожно: не трогать незнакомые предметы, переходить дорогу по правилам и не играть в опасных местах.



Помощь при беде

Если случилась опасная ситуация, важно сразу обратиться за помощью. Чем быстрее взрослые и службы узнают о проблеме, тем быстрее человеку помогут.

Право ребёнка на имя, семью и заботу

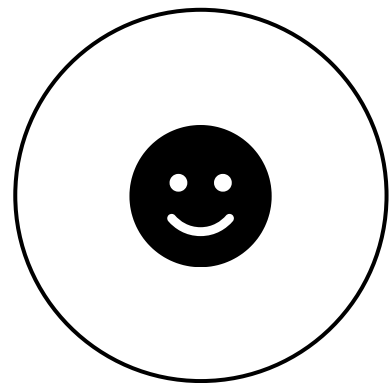


- У каждого ребёнка есть имя, фамилия и отчество. Это помогает человеку быть узнаваемым и чувствовать себя частью семьи и общества, а не просто «кем-то из класса».
- Ребёнок имеет право жить в семье, получать заботу взрослых и быть защищённым от жестокого обращения. Родители, опекуны, учителя и службы защиты детей помогают ему расти спокойно и безопасно.

Право на образование

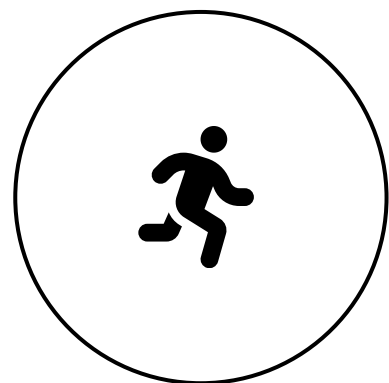
- 1. Дети в России могут бесплатно учиться в школе. На уроках они учатся читать, писать, считать, задавать вопросы и узнавать новое каждый день.
- 2. Образование помогает не только получать оценки, но и готовиться к будущей профессии. Знания открывают больше возможностей и помогают уверенно чувствовать себя в жизни.
- 3. Учёбе помогают не только школы, но и детские сады, библиотеки, кружки и секции. Там можно развивать интересы, таланты и даже найти любимое дело.

Что входит в право на отдых и игру



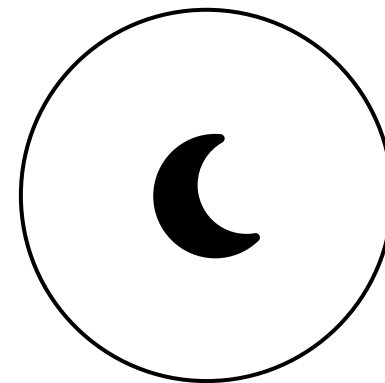
Игры и радость

Дети имеют право играть, смеяться и заниматься любимыми делами. Игра помогает узнавать мир, дружить с другими и учиться работать в команде.



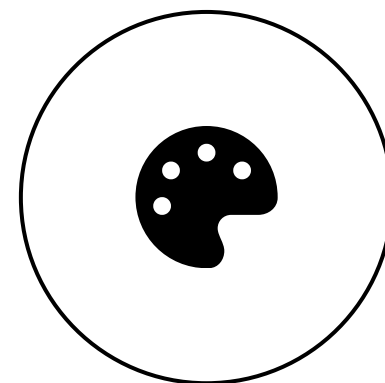
Движение и спорт

Прогулки, спорт и подвижные игры делают человека сильнее и бодрее. Это полезно для здоровья и очень хорошо поднимает настроение, почти как солнечный день.



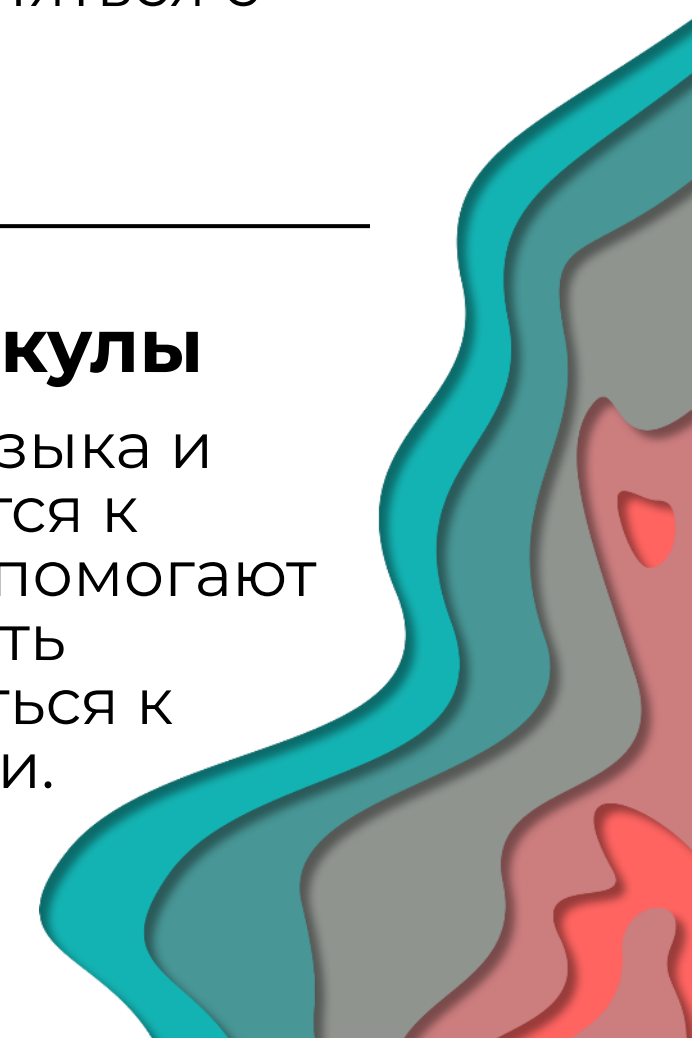
Отдых после уроков

После учёбы нужен отдых, чтобы силы вернулись на место. Спокойное свободное время помогает не уставать слишком сильно и лучше справляться с новыми заданиями.



Творчество и каникулы

Чтение, рисование, музыка и каникулы тоже относятся к отдыху. Такие занятия помогают расслабиться, развивать фантазию и возвращаться к учёбе с новыми силами.



Как развивается забота о здоровье

Профилактика

Сначала важно соблюдать режим дня, чистоту и правила безопасности. Это помогает не заболеть и поддерживать организм в хорошем состоянии.

Осмотр и прививка

Потом человек может пройти осмотр у врача и, при необходимости, получить прививку. Это помогает вовремя заметить проблемы и защититься от болезней.

Лечение и помощь

Если болезнь всё же появилась, врачи в поликлинике или больнице лечат человека и помогают ему выздороветь как можно быстрее.

Когда уважение становится обычным делом



В одном классе все разные — и это нормально

На уроке кто-то говорит быстро, кто-то медленно, а у кого-то другой цвет волос или любимый язык дома. Но рядом все учатся вместе, потому что каждый заслуживает уважения. Так в классе становится спокойно и дружно, без обидных прозвищ.



Дружба начинается с простых слов

Мальчик стеснялся отвечать у доски, а девочка помогла ему и сказала: «Ошибаться можно, это не страшно». С этого началась настоящая дружба. Уважение к чувствам другого человека делает общение добрее и честнее.

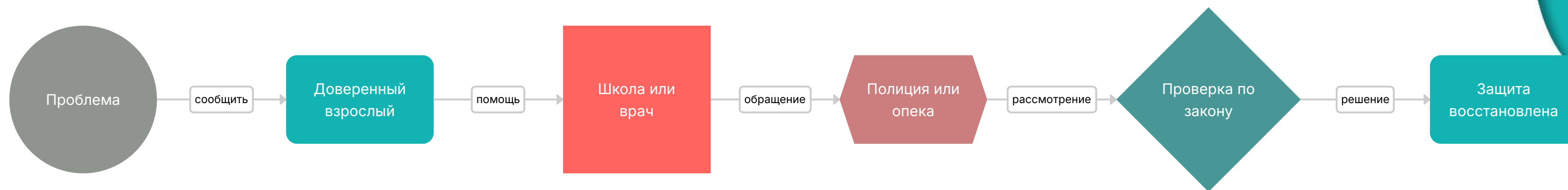


Когда внешность не имеет значения

В парке дети играли в мяч, и никто не обращал внимания, кто выше, кто ниже, кто носит очки, а кто — нет. Важно было только одно: играть честно и уважать друг друга. Именно так выглядит равенство в жизни.

Путь защиты права человека

Показано, как обычно действует человек и какие службы помогают, если право нарушено.



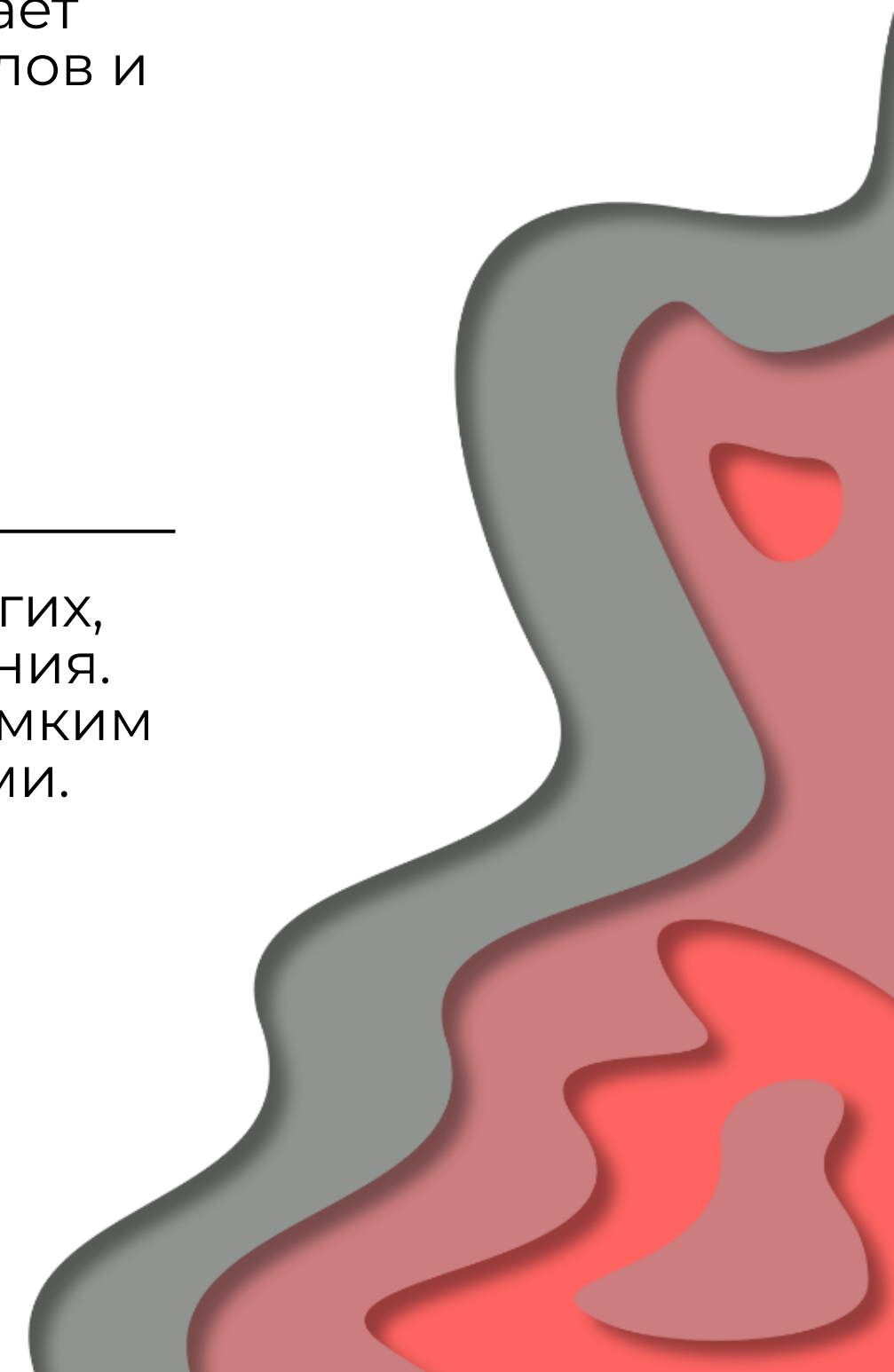
Как говорить своё мнение вежливо и смело

1. Человек может говорить, что думает, задавать вопросы и предлагать свои идеи. Это помогает не молчать, когда есть важная мысль.

2. Мнение нужно выражать спокойно и уважительно. Даже если кто-то думает иначе, можно спорить без грубых слов и обидных шуток.

3. Свобода слова полезна в школе и дома: она помогает обсуждать книги, новости, классные дела и то, что происходит вокруг.

4. Когда человек умеет слушать других, ему легче понять разные точки зрения. А разговор тогда получается не громким спором, а умным обменом мнениями.



Право на защиту закона

Если возникла проблема

Ребёнок или взрослый замечает нарушение права и спокойно рассказывает о случившемся доверенному человеку: родителю, учителю или другому взрослому, которому можно верить.

Помощь по закону

Дальше обращаются в школу, полицию, органы опеки или суд. Там рассматривают дело и принимают решение, чтобы защитить человека и восстановить справедливость.

Собираются факты

Чтобы разобраться в ситуации, важно сохранить сообщения, записи, рисунки или свидетельства очевидцев. Это помогает понять, что произошло, без лишних догадок.

Как выглядит право на жильё в обычной жизни



Дом, где есть место каждому

У Маши своя полка для книг, у брата — уголок с игрушками, а у родителей — тихий вечерний стол для разговора. В таком доме хватает места и для сна, и для учёбы, и для семейного уюта.



Когда ребёнку нужна защита

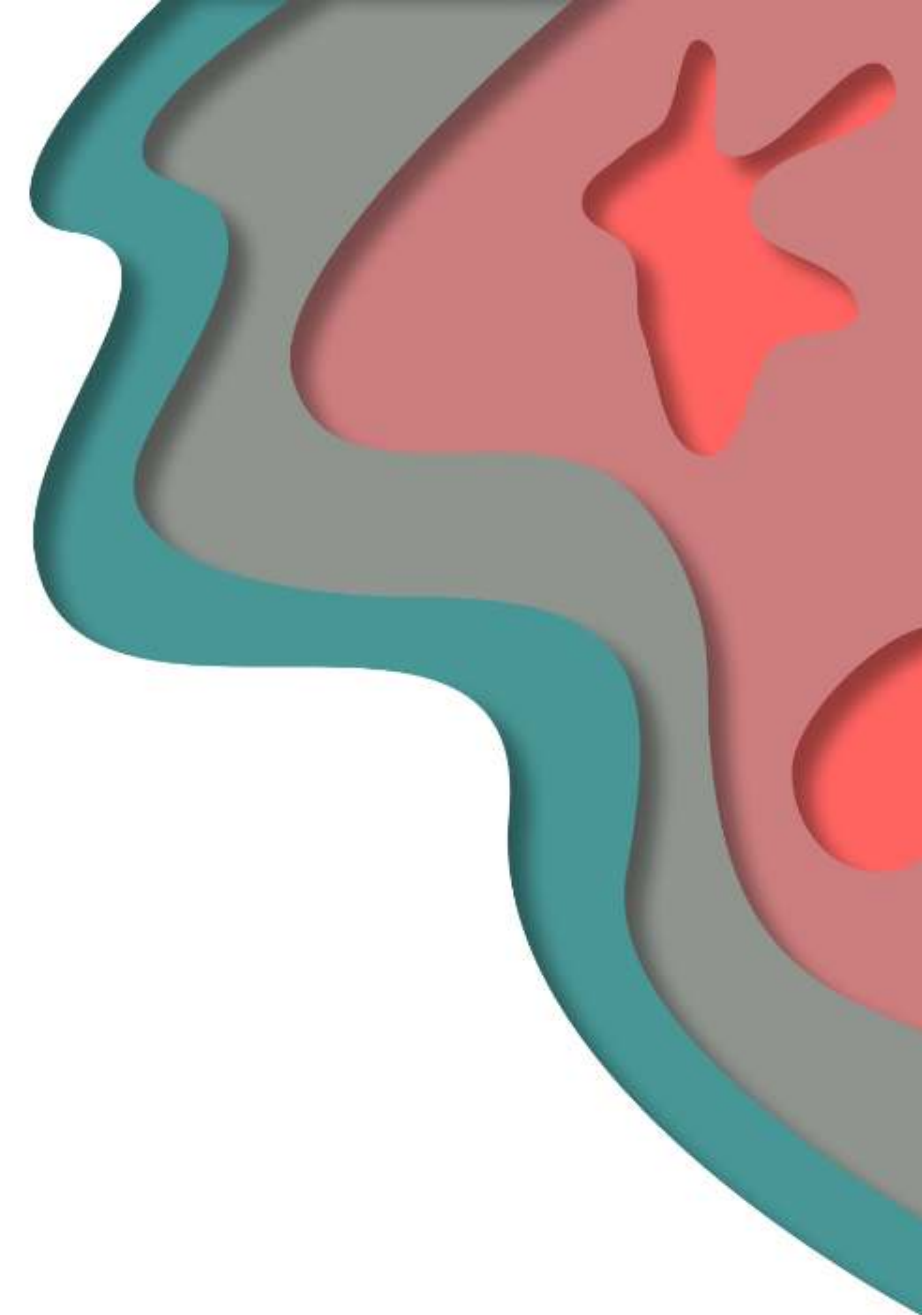
Артём остался без заботы взрослых, и о нём сразу позаботились государственные службы. Ему помогли с жильём, безопасностью и документами, чтобы он не остался один и мог спокойно учиться и жить дальше.

Право на личную неприкосновенность

Никто не может бить, толкать, унижать или пугать другого человека. Тело и личное пространство должны быть в безопасности дома, в школе и на улице.

Чужие вещи нельзя брать без разрешения, даже если они очень красивые или «только на минутку». Уважение к чужому — это тоже важное правило.

Если кто-то нарушает границы, нужно сразу сказать об этом взрослому, которому доверяешь. Молчать не нужно: защита начинается с честного разговора и помощи.



Это значит, что человек может обратиться за помощью, если его права нарушены, и получить справедливое рассмотрение дела.

*Конституция Российской Федерации,
статья 46*

46

статья Конституции гарантирует
каждому судебную защиту

Что помогает ребёнку чувствовать себя защищённым в школе



Урок без страха

На уроке можно спокойно отвечать, задавать вопросы и ошибаться без насмешек. Когда учитель и одноклассники относятся уважительно, ребёнку легче учиться, не бояться и смелее пробовать новое.



Если кто-то обидел

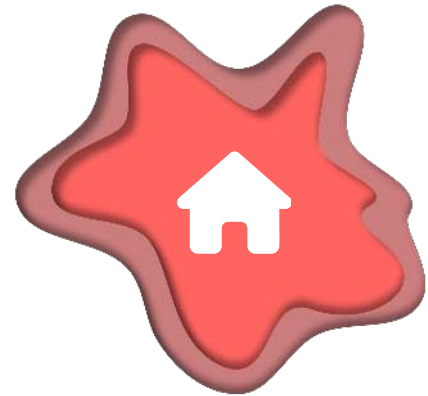
Если в классе произошла ссора или оскорбление, школьник может обратиться к учителю, классному руководителю или психологу. Важно, чтобы проблему не оставили без внимания и помогли разобраться по-честному.



Голос ученика важен

Ребёнок может участвовать в жизни класса, предлагать идеи для праздников и говорить своё мнение на классном часе. Когда его слушают, школа становится не только местом учёбы, но и местом доверия.

Кто может помочь защитить права ребёнка



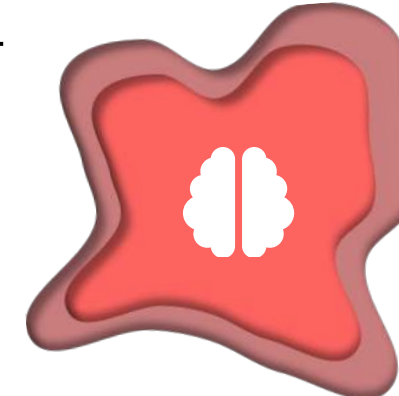
Родители

Они первыми выслушают, успокоят и помогут понять, что произошло. Если нужно, родители обратятся в школу или в другую службу вместе с ребёнком.



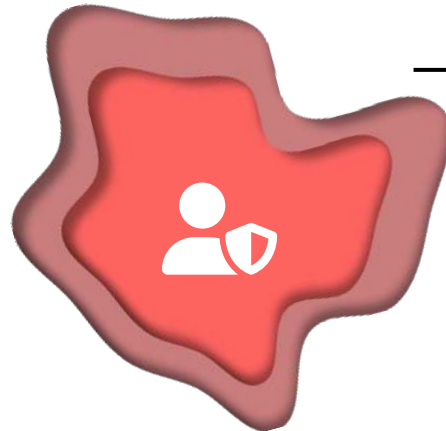
Учитель

Учитель замечает ситуацию в классе, помогает остановить конфликт и подсказывает, к кому обратиться дальше. В школе взрослый рядом особенно важен.



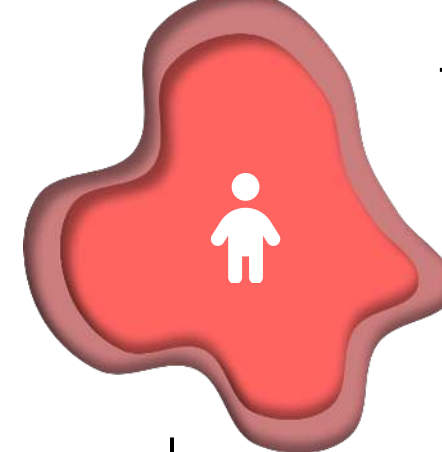
Школьный психолог

Психолог помогает поговорить о тревоге, страхе или обиде спокойно и без стыда. Он поддерживает ребёнка и подсказывает безопасный выход.



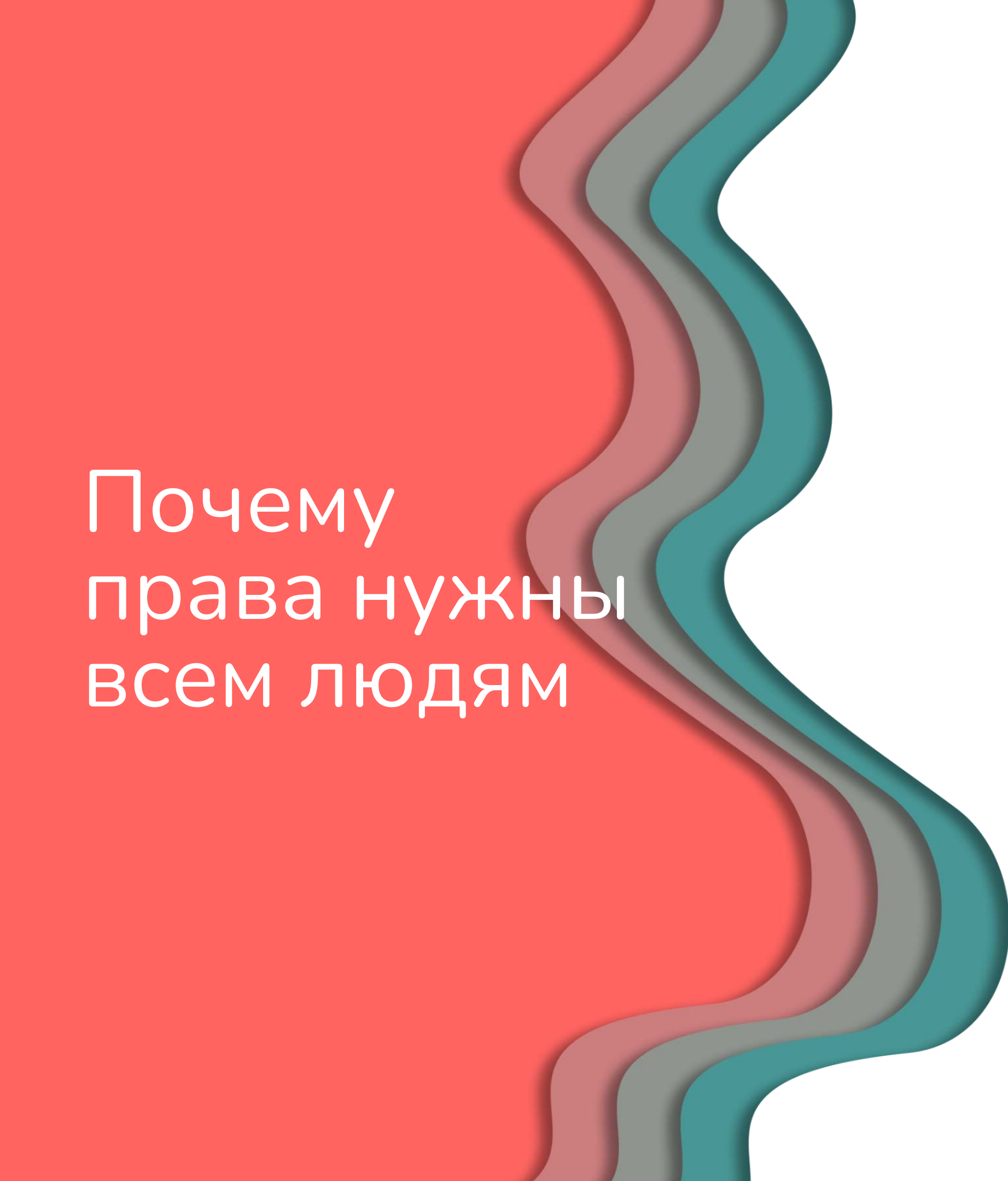
Полиция и органы опеки

Эти службы помогают, когда нужна официальная защита. Они проверяют ситуацию и принимают меры, чтобы ребёнок был в безопасности.



Уполномоченный по правам ребёнка

Он следит за тем, чтобы интересы детей в России защищались. К нему обращаются, когда нужна помощь в сложной или спорной ситуации.



Почему права нужны всем людям

Права помогают человеку жить спокойно: учиться, отдыхать, дружить и не бояться несправедливости. Без них каждый спор превращался бы в большую беду.

Когда права уважают, людям легче быть добрыми друг к другу. В классе, во дворе и в семье появляется больше доверия, а ссор — меньше.

Права нужны и детям, и взрослым, потому что у каждого есть достоинство. Именно поэтому они считаются одной из главных ценностей страны.

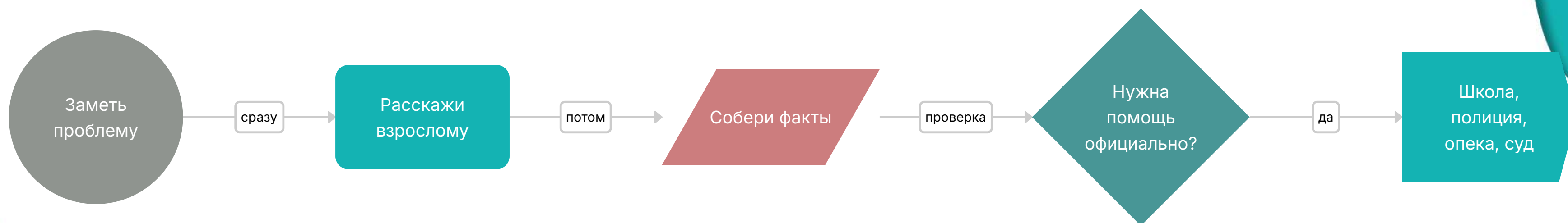
Права в обычной жизни ребёнка



- Утром ребёнок идёт в школу, днём берёт книгу в библиотеке, а после уроков идёт к врачу или на прогулку. Во всех этих обычных делах работают его права.
- На классном часе можно поднять руку и высказать своё мнение, а в парке — спокойно играть и отдыхать. Права делают повседневную жизнь понятной, безопасной и удобной.

Что делать, если право нарушено

Схема показывает простой порядок действий: заметить проблему, сообщить взрослому, собрать факты и обратиться за защитой.



Главное о правах граждан России

Права защищают жизнь, учёбу, семью и здоровье каждого человека. Если знать их и соблюдать законы, в стране становится больше справедливости, уважения и спокойствия.

