

**Мама с папой крепко спят, на работу не спешат.
Мне не надо в детский сад, там сегодня нет ребят.**

Как объяснить ребенку, почему куда нельзя?

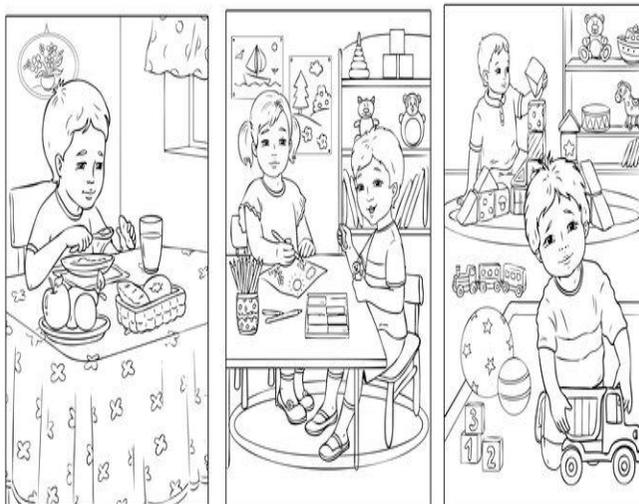
Карантин — это вынужденные меры для профилактики заболевания. Кроме того, даже родители в своем детстве как минимум раз в жизни, но сталкивались с таким явлением как «карантин» и поэтому психологи советуют не нужно слишком переживать по этому вопросу. Тут самое главное — объяснить ребенку, что такое «карантин», рассказать о новом заболевании «коронавируса», сообщить, что самоизоляция — эта вынужденная мера для того, чтобы он и другие люди не заболели.

- Нужно просто объяснить, что это не навсегда. Что это просто временный период в жизни, который пройдет. И жизнь вернется в прежнее русло. Все это нужно спокойно донести до ребенка.
- Особенно внимательными нужно быть с детьми с тревожным типом характера.
- Ребенок видит, насколько все взрослые обеспокоены из-за вируса: об этом говорят дома, в новостях. И дети с тревожным типом характера могут слишком близко воспринять тревожащие новости и целесообразно ограничить поток информации. Чтобы этого не произошло, нужно спокойно, без преувеличения и излишней негативной окраски (и тем более, не запугивая!) объяснить понятным для ребенка языком информацию о вирусе и четкие инструкции поведения, чтобы не заболеть. Так ребенок будет осведомлен и станет выполнять четкие инструкции. И это будет гарантом спокойствия детей и их родителей.

Время карантина использовать на пользу

Это позволит родителям больше времени проводить со своими детьми. Взрослые приучат своих чад к дисциплине и к самодисциплине. Ежедневные специальные игры будут развивать ребенка (риторику, внимание, память, моторику рук и т.д.). Дети перейдут на здоровое питание, а регулярные занятия физкультурой укрепят их физическое здоровье.

Ребенок-дошкольник на карантине наверняка будет мучиться от безделья, мешать родителям и устраивать истерики «по поводу и без», поэтому нужно просто занять его, чтобы энергия, силы растрчивались на интересные и полезные дела, для этого можно предложить детям, например, такие задания.



Уважаемые родители! Предложите ребенку раскрасить эти картинки и попробуйте вместе составить небольшой рассказ по теме

«Как интересно и с пользой провести выходной день всей семьей».

**Рекомендации родителям
по развитию у ребенка навыков
здорового образа жизни**

**(или Как интересно и
с пользой пережить
карантин вместе
с ребёнком)**



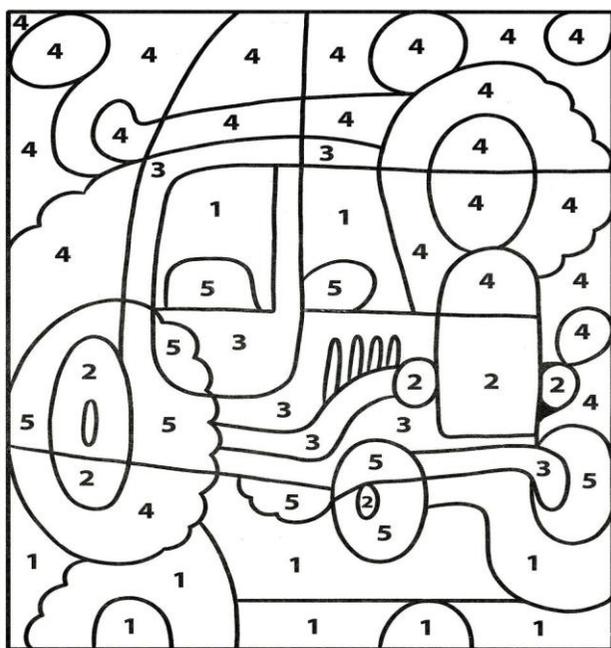
**ГБОУ ООШ № 18
СП «Детский сад «Центр
коррекции и развития детей»,
корпус 3**

**группа «АКВАРЕЛЬКА»
2020г.**

Игра на развитие мелкой моторики «Гречневые раскопки» (вы закопали в гречку любые мелкие предметы, а ребенок отыскивает их, считает количество)



РАСКРАСКА ПО НОМЕРАМ



**1 — зелёный, 2 — жёлтый,
3 — красный, 4 — голубой, 5 — серый.**

infodivrem.ru

В какие игры можно играть дома? Развитие и воспитание детей, а особенно дошкольного возраста, происходит, прежде всего, в игре. Детские игры призваны развлечь, сплотить, развить, развеселить, научить, показать, главное, чтобы было интересно. Во что же можно поиграть с детьми дома?:

- рисование красками
- рисование одного и того же предмета разными руками
- игра в лото или детское домино, шашки, пазлы
- магнитная азбука
- игры с набором геометрических фигур
- раскраски, лепка из пластилина
- настольные игры, игры с кубиком и фишками

Для развития мелкой моторики:

- выкладывание «колодца» из палочек
- составление рисунка из спичек (палочек)
- собрать узор из пуговиц
- смешать бусины (пуговицы) разных цветов и разложить их или нанизать бусины на леску
- игры со шнуровкой

Ролевые игры: в школу, в детский сад, доктора, парикмахера, повара, в домик или магазин.

Для физического развития:

- ходить на четвереньках
- ходить «гусиным шагом»
- занятия на шведской стенке
- волейбол воздушным шариком

Чем полезным занять детей на карантине коронавируса с помощью компьютера:

От компьютера во время карантина по коронавирусу отказываться не нужно, но занять ребенка чем-то полезным с помощью интернета вполне реально. Можно посмотреть документальные и художественные фильмы о Великой Отечественной войне (патриотическое воспитание к 75-летию со Дня Победы!), познакомиться с природой планеты по документальным проектам путешественников, а еще есть возможность:

- совершить онлайн-экскурсию по знаменитым местам планеты – например, можно посетить Великую Китайскую стену или Эрмитаж;
- изучить дикую природу посредством онлайн-трансляции камер, установленных на разных континентах;
- развить у дошкольника логическое мышление – родители тоже с удовольствием будут решать задачи;
- учить малыша буквам, цифрам и простейшим знаниям с помощью мультфильмов и роликов с аниматорами.

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И РЕБЕНКА!!!

В ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЕ ВИРУСЫ ОСТАЮТСЯ ЖИВЫМИ ДОЛЬШЕ ДВУХ ЧАСОВ!

- ✓ ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА
- ✓ ГОЛОВНАЯ БОЛЬ, УСТАЛОСТЬ
- ✓ КАШЕЛЬ, ЧИХАНИЕ



- ✓ ЗАЛОЖЕННОСТЬ НОСА ИЛИ НАСМОЖ
- ✓ ПЕРШЕНИЕ И БОЛЬ В ГОРЛЕ
- ✓ ПОКРАСНЕНИЕ ГЛАЗ

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ ГРИППА, КОРОНАВИРУСА И ОРВИ?

СПОСОБЫ ЗАЩИТЫ

- ✓ ТЩАТЕЛЬНО МОЙ РУКИ ВЕРНУВШИСЬ ДОМОЙ, ПЕРЕД ЕДОЙ, ПОСЛЕ ТУАЛЕТА
- ✓ МОЙ РУКИ ПОСЛЕ КАШЛЯ, ЧИХАНИЯ, СМОРКАНИЯ
- ✓ ЕСЛИ НЕТ ВОЗМОЖНОСТИ ВЫМЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ, ИСПОЛЬЗУЙ АНТИСЕПТИЧЕСКИЙ ГЕЛЬ
- ✓ НЕ ТРОГАЙ ГЛАЗА, НОС, РОТ ГРЯЗНЫМИ РУКАМИ
- ✓ ЗАНИМАЙСЯ ФИЗКУЛЬТУРОЙ, ВЫСЫПАЙСЯ
- ✓ В КОМНАТЕ ВСЕГДА ДОЛЖЕН БЫТЬ СВЕЖИЙ ВОЗДУХ - ПРОВЕТРИВАЙ!
- ✓ НАДЕВАЙ МЕДИЦИНСКУЮ МАСКУ В ЛЮДНЫХ МЕСТАХ И В ТРАНСПОРТЕ
- ✓ ИЗБЕГАЙ КОНТАКТОВ С ЗАБОЛЕВШИМИ



НАДЕНЬТЕ МАСКУ- ЗАЩИТИТЕ СЕБЯ ОТ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV!

ВАЖНО

- Меняйте маску на новую каждые 2-3 часа или чаще
- Выбрасывайте маску в урну сразу после использования
- После прикосновения к использованной маске тщательно вымойте руки с мылом
- Не носите маску на безлюдных открытых пространствах. Это не целесообразно.

КОГДА

- При контактах с людьми, имеющих симптомы ОРВИ (лихорадка, насморк, кашель, чихание, заложенность носа)
- Находясь в людных местах или транспорте
- При контактах с людьми, если у вас есть симптомы ОРВИ

НЕЛЬЗЯ

повторно использовать маску

Правильно надевая маску плотно прилегает к лицу, закрывает рот, нос и подбородок. Вшитое крепление маски плотно прижато к спинке носа. Складки маски расправлены.



ТОЛЬКО В СОЧЕТАНИИ С ТЩАТЕЛЬНОЙ ГИГИЕНОЙ РУК И КАРАНТИННЫМИ МЕРАМИ, ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МАСКИ БУДЕТ МАКСИМАЛЬНО ЭФФЕКТИВНО ДЛЯ ПРЕДОТВРАЩЕНИЯ ЗАРАЖЕНИЯ И РАСТРОСТРАНЕНИЯ КОРОНАВИРУСА 2019-nCoV



