

## **Чим зайняти дитину дошкільного віку під час карантину (методичні рекомендації для батьків)**

В Україні через загрозу епідемії коронавірусної інфекції та для недопущення поширення Covid-19 заплановано введення карантину в навчальних закладах строком на три тижні.

Пропонуємо ідеї, чим можна зайнятися з дитиною під час карантину та як вберегти її від грипу.

### **Заняття для дитини**

**Прогулянки на свіжому повітрі.** За умови гарної погоди та наявності власного автомобіля, саме час побувати в лісі. Перетворіть вашу прогулянку в пізнавальний процес.

**Настільні ігри.** Знайдіть час пограти з дитиною в його улюблену настільну гру.

**Заняття творчістю.** В інтернеті можна знайти майстер-класи з хенд-мейду: аплікації, вишивки, виготовлення ляльок-мотанок, декупаж, вироби з паперу, тканини, глини та інших матеріалів, виготовлення домашнього мила і т. д.

**Навчання.** Не забувайте, що це карантин, а не канікули. Діти відстають від програми, а потім їм доведеться наздоганяти її. Знайдіть з дитиною в інтернеті додаткову цікаву інформацію з пройденого матеріалу, подивіться відеоуроки на освітніх ресурсах або документальні фільми, які розширять знання дитини в рамках програми.

**Читання книг.** Домовтеся з дитиною, що за час карантину вона прочитає книгу, яку сама вибере.

**Перегляд фільмів.** Пошукайте в інтернеті фільми, які можна дивитися з дітьми. Але не дивіться більше одного фільму в день з дитиною дорослішого віку, для дошкільника досить 30-40 хвилин.

**Засоби профілактики.** Аби не захворіти на грип, МОЗ радить робити щеплення та дотримуватися наступних порад:

- ✓ уникати близького контакту з людьми, у яких нежить, застуда чи кашель;
- ✓ частіше мити руки з милом, користуватися антисептиком;
- ✓ не торкатися обличчя, особливо очей, рота та носа;
- ✓ дезінфікувати екран смартфона щодня;
- ✓ провітрювати приміщення, в яких працюєте та проводите час;
- ✓ намагатися рідше бувати в місцях скупчення людей;
- ✓ пити вітамін С або їсти продукти, в яких він міститься.