**Додаток 2**

**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 смартфону 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.