Рекомендации для родителей
«Чем занять ребенка на летних каникулах
в условиях пандемии COVID-19?»

В период завершения учебного года в образовательных организациях и началом летних каникул у детей, в условиях снятия ограничительных мероприятий и поэтапного выхода из режима самоизоляции, в условиях пандемии COVID-19, МЧС России рекомендует:

1. Напомнить ребенку о правилах:

- противопожарной безопасности и действий при утечке бытового газа;
- безопасности при обращении с электричеством и бытовыми электроприборами;
- правил обращения с бытовой химией;
- обеспечения личной безопасности, если ребенок находится дома один;
- поведения в опасных и аварийных ситуациях;
- для детей младшего школьного возраста, установить четкие границы: что можно делать ребенку, а что нельзя, повторить/записать телефоны экстренных служб.

2. Совместно с ребенком составить распорядок дня, удобный как для ребенка, так и для родителей:

- заинтересовать ребенка в ежедневном выполнении физических упражнений, нацеленных на укрепление общего здоровья и самочувствия;
- для детей младшего школьного возраста распорядок дня целесообразно составить в игровой форме;
- совместно с ребенком выбрать развивающие занятия по интересам. Свободное время ребенка целесообразно направить на самообразование и самовоспитание. Сделать это можно используя настольные игры или с помощью Интернет. Сегодня многие Онлайн-ресурсы бесплатно предоставляют доступ к своему содержимому (видео-уроки по обучению музыке, йоге, шахматам, лепке из пластилина, рисованию и др.).

3. Усилить контроль за ребенком, особенно если оба родителя продолжают трудовую деятельность:

- определить последовательность и периодичность звонков ребенку;
- заранее договориться о действиях родителей (родственников), если ребенок не отвечает на звонки;
- следить за состоянием здоровья и психологическим состоянием своего ребенка;
- установить и активировать на мобильный телефон приложение «Радар» либо «Локатор» (или аналогичное).

4. В свободное от работы время, не нарушая требований ограничительных мероприятий, вместе с ребенком:

- начать (возобновить) занятия физической культурой на свежем воздухе;
- организовать игры и прогулки на свежем воздухе с соблюдением социальной дистанции;
- при возвращении домой с улицы обязательно проводить дезинфекционные мероприятия;

5. Если ребенок выходит на улицу самостоятельно, то необходимо:

- напомнить ему о необходимости соблюдения санитарно-гигиенических требований, мер личной безопасности и социальной дистанции;
- предупредить ребенка об ответственности за несоблюдение ограничительных мероприятий.
- обеспечить средствами индивидуальной защиты (медицинской маской, перчатками), средствами дезинфекции кожи рук.

Будьте для Вашего ребенка образцом подражания