**Поради батькам під час карантину.**

**Як зробити карантин цікавим?**

Як правильно організувати навчання та відпочинок під час карантину?

Спільні ігри допоможуть вам стати ближче один до одного, а це є важливо! Грайте, та не забувайте про власне здоров’я та своєї дитини, дотримуйтесь протиепідемічних заходів!

***Спільні ігри:***

• Влаштувати домашній книжковий клуб;

• Дізнатися історію міста, в якому живеш (батьки чи дідусь з бабусею мають допомогти);

• Грати в ігри на рахунок, додавання і віднімання;

• Навчитися готувати нову страву;

• Навчитися азам фінансової грамотності (як планувати покупки, рахувати решту, накопичити на щось);

• Самому зробити музичний інструмент (наприклад, калімбу);

• Грати в настільні ігри, які підвищують грамотність і тренують математичні здібності;

• Влаштувати маскарад і вбиратися в костюми різних персонажів;

• Розіграти улюблену казку;

• Побудувати чарівний будинок і населити його жителями;

• Шукати скарб за підказками, захованими в схованках.

• Зробити своїми руками намиста і сережки з бісеру;

• Навчитися шити;

• Придумати, що можна зробити з картонної коробки;

• Зібрати кілька старих речей і придумати з них нову;

• Сісти на ганку чи біля вікна і намалювати те, що бачите (дерева, квіти тощо);

• Малювати пальчиковими фарбами, олійними фарбами або аквареллю (і від душі перемазатися).

**ДЕКІЛЬКА ПОРАД ЩОДО ОРГАНІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ ТА ВІДПОЧИНКУ ДІТЕЙ ПІД ЧАС КАРАНТИНУ:**

•  Організуйте разом гігієнічні процедури, ранкову гімнастику, сніданок. Це дисциплінує дитину та допоможе зберегти режим.

•   Плануйте день разом із дітьми. Розподіляйте час таким чином, щоб робота (читання, виконання завдань і вправ) та відпочинок були в співвідношенні 30-40 хв. занять /15-20хв. відпочинку. Обов'язково слідкуйте, щоб діти не залишалися надовго без активного відпочинку.

•  Учіть дітей плануванню: на аркуші паперу записуйте обов'язкові справи, які треба виконати.

•         Слідкуйте за графіком освітнього процесу, не допускайте відставання, адже надолужити прогаяне буде важче.

•         Допоможіть вашій дитині, якщо у неї щось не виходить, підтримайте.

•         Хваліть дітей за виконану роботу. Діти завжди націлені на конкретний результат.

•  Провітрюйте кімнату, створіть умови для активного руху: нехай діти рухаються під музику, танцюють, роблять гімнастичні вправи, дихальну гімнастику.

•         Пам'ятайте, що вчителі завжди готові поспілкуватися з вами та вашими дітьми в різний спосіб, надати консультацію чи практичну допомогу.

•         Звертайте увагу на домашні завдання як навчальний інструмент до самостійності, а не покарання.

**Вірус мине, карантин завершиться. Але спогади, емоції і відчуття залишаться з нашими дітьми!**

**Та головне, НЕ варто забувати основні правила поведінки під час карантину у зв’язку з епідемією:**

1. Намагатись не ходити в гості, не відвідувати громадських місць та уникати великого скупчення людей.

2. Частіше перебувати на свіжому повітрі.

3. Одягатись відповідно до погоди на вулиці та оберігати себе від переохолодження.

4. Частіше провітрювати кімнату.

5. Завжди мити руки з милом.

6. Щоденно їсти свіжі овочі й фрукти — вітаміни посилюють захисні сили організму.

***БУДЬТЕ ЗДОРОВІ!***