

## **Рекомендации детям в условиях самоизоляции и карантина по коронавирусу**

### **Как объяснить происходящее детям?**

Если ваши дети кажутся обеспокоенными, уточните, что именно они услышали, чтобы помочь им отделить правду от мифов. Расскажите о происходящем в соответствии с возрастом ребенка, будьте честными. Можно сказать, что болезнь началась в Китае, и что сейчас многие страны усердно работают для того, чтобы остановить распространение. Пусть дети знают, что болезнь похожа на сильную простуду, и о том, что они лично могут сделать для того, чтобы оставаться здоровыми.

### **Чем занять ребенка дома во время карантина**

#### **1. ОРГАНИЗУЙТЕ ОХОТУ ЗА СОКРОВИЩАМИ**

Охота за сокровищами довольно проста и, в зависимости от количества вещей, может продлиться очень долгое время. Спрячь где-нибудь от 10 до 20 вещей в доме или комнате, чтобы занять ребенка на несколько часов.

#### **2. НАБЛЮДАЙТЕ ЗА ЖИВОТНЫМИ ЗООПАРКОВ МИРА**

Многие зоопарки и аквариумы предлагают людям возможность увидеть животных в режиме реального времени. <https://zoolife.online>  
<https://www.geocam.ru>  
<https://lifehacker.ru/20-veb-kamer-zoopark>

#### **3. ПОСЕТИТЕ ЦИФРОВОЙ ЛУВР**

Отправьтесь всей семьей в Париж, в цифровой тур по одному из самых известных международных музеев, Лувр.  
<https://www.louvre.fr>

#### **4. ВЫПЕКАЙТЕ ВМЕСТЕ**

Печенье, пироженые, пирожки. Что-нибудь! Выпечка – это отличное развлечение, которое сочетает в себе приятное с полезным – веселье, обучение и вкусняшки.  
<https://www.russianfood.com>

#### **5. ДОМАШНИЙ ТЕАТР ИЛИ МУЛЬТФИЛЬМ**

Пусть твой ребенок использует старую одежду или костюмы, чтобы разыграть пьесу или свою любимую сказку. Дети постарше могут снять это представление и использовать все свои технические навыки, чтобы превратить его в сказочный фильм на память и выложить его в интернет. Подробнее <https://kaksozdatsvojblog.com>

#### **6. ИСПОЛЬЗУЙТЕ БЕСПЛАТНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ САЙТЫ**

Многие сайты предлагают бесплатные подписки во время закрытия школы.

#### **7. ПОСЕТИТЕ МАРС**

Исследуйте поверхность Марса с помощью цифровой камеры.  
<https://accessmars.withgoogle.com>  
посетите музей космонавтики <https://accessmars.withgoogle.com>  
планетарий [www.planetarium-moscow.ru](http://www.planetarium-moscow.ru)

#### **8. НАСТОЛЬНЫЕ ИГРЫ**

Эрудит, монополия, морской бой, шашки, шахматы, пазлы, лото, домино и т. Д

#### **9. СПОЙТЕ КАРАОКЕ**

Смотрите на youtube анимационные ролики со словами и мелодиями популярных детских песен и детских стишков

#### 10. СОЗДАЙТЕ ГЕНЕАЛОГИЧЕСКОЕ ДРЕВО

Дети, изучающие историю своей семьи через генеалогическое древо, лучше понимают кто они и почему они выглядят и ведут себя так, как их предки.

#### 11. СОЗДАЙТЕ своими руками

Оригами - это не только весело, но и полезно, так как развивает координацию глаз, математические рассуждения, пространственные навыки, мелкую моторику и умственную концентрацию. Поделки из ниток, шерсти или бумаги разными техниками.

#### 12. ПРОЙДИТЕ ОНЛАЙН-УРОКИ ТАНЦЕВ

Танцуйте, пока никто не смотрит)

#### 13. ПРАКТИКУЙТЕ ДРУГОЙ ЯЗЫК

Слушайте аудиокниги или смотрите любимые мультфильмы на другом языке.

#### 14. ПОСЕТИТЕ онлайн театры, цирки,

<https://kids.teatr-live.ru/2020/03/detskie-spektakli-onlajn>

<https://www.osd.ru/museum.asp>

#### 15. Посетите Музеи России

<https://www.osd.ru/museum.asp>

<https://www.culture.ru>

16. Проведите время в астраханском биосферном заповеднике, в мире животных, рыб и птиц. При просмотре этих роликов можно водить пальцем по экрану (телефона) или управлять

[www.youtube.com/watch?v=fzTHnyzLxhk](http://www.youtube.com/watch?v=fzTHnyzLxhk)

<https://www.youtube.com/watch?v=NycCDIX2TG8>

<https://detinform.ru/rekomendacii-po-ohrane-psiicheskogo-zdorovya-detey-i-podrostkov-vo-vremya-vspyshki-koronavirusa.html>

<https://www.maam.ru/detskijasad/metodicheskie-rekomendaci-roditeljam-vo-vremja-koronavirusa.html>