**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 [Oнлайн-ресурсы](https://www.vniigochs.ru/storage/photos/4/%D0%94%D0%B5%D1%8F%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%8C/E_Library/sites_children.pdf" \t "_blank) 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**