***Рекомендации для родителей***

***от воспитателей группы № 3.***

1.В период карантина постарайтесь сблизиться с детьми, а не нагнетать обстановку и проявлять негативные эмоции. Не пугать детей вирусом, а объяснить, что карантин – это не запрет или наказание, а меры предосторожности.

2. Самое главное – организовать себя и выстроить режим дня. Проветривайте квартиру, выходите на балкон и разговаривайте с ребёнком. Не забывайте о дневном сне.

3. Ограничьте детей от потока негативной информации из новостей. Показать детям, что взрослые волнуются, но не паникуют.

4. Любое поведение взрослого в условиях замкнутого пространства ребёнок будет воспринимать, как абсолютный пример. Поэтому, если родители будут вести себя спокойно и тактично, то и дети станут им неосознанно «подражать».

5. Важно донести до ребёнка мысль, что у людей есть свои способы защиты от вируса, один из которых – оставаться дома. Можно даже назвать это – главной миссией ребёнка. Чтобы ребёнку было интересно выполнять свою миссию дома, запишите на бумажках разные задания (доступные для его возраста: найди игрушку; покажи, как ходит медведь и т.п.) поместите их в «волшебную коробочку, чтобы потом разыграть, как фанты.

6. Продумайте вместе с детьми правила поведения и защиты от вируса (как правильно мыть руки, не трогать лицо руками и т.д.).

7. В течение дня предлагайте детям пластилин, карандаши, раскраски, конструктор, пазлы, разрезные картинки. Не забывайте читать детям сказки, книги о животных; рассматривать вместе иллюстрации и обсуждать прочитанное, повторять стихи и т.д. А вечером устраивайте семейное чаепитие и делитесь впечатлениями.

8. Чтобы занять ребёнка используйте кинематический песок, музыкальные книги, доступ к кухонным шкафам с безопасными предметами. Подойдут и старые добрые друзья родителей – мультфильмы. Но не сидеть долго у экрана.

9. Вынужденная изоляция - реальная возможность сблизиться и заняться совместными делами: посмотреть фильмы, поиграть в настольные игры, послушать музыку, пообщаться.

 10. Включайте музыку – пусть дети танцуют!