

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

В период завершения учебного года в образовательных организациях и начале 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:**