**Рекомендации #СидимДома.Так надо! »**Коронавирус внес изменения в жизнь людей во всем мире. На карантине оказались очень много людей, а также и детки. Сложнее всего на карантине приходится малышам. Долго сидеть без свежего воздуха и у телевизора вредно, а читать, рисовать, лепить, может быстро надоесть. Для ребёнка важна игра и движение. А в ситуации с карантином – это не очень-то и выходит.  
 Мы предлагаем родителям несколько идей для проведения выходных дней вместе, которые помогут скоротать время. А именно:  
1. Готовить вместе еду. Это поможет не только забавно провести время вместе, но и будет, что поесть.  
2. Послушать музыку. Музыка поднимет настроение, как ни что другое.  
3. Домашний театр. Можно разыграть какую-то сказку со всей семьёй.  
4. Устроить пикник дома. Формировать навыки позитивного общения детей и родителей.  
5. Создать оригами. Создавать оригами не только весело, но и полезно для развития мозга, так как здесь задействована мелкая моторика.  
6. Провести виртуальную экскурсию в музей или театр.  
7. Использовать образовательные сайты - для обучения и познавательной игры.  
8. Прогулка. В условиях самоизоляции - это сложно, выход из дома ограничен. Но для детей свежий воздух необходим. По мнению медиков с детьми необходимо гулять на улице, но выбирать уединенные места. Дышать свежим воздухом в обязательном порядке нужно, но лучше это делать в каких-то парках, скверах, соблюдая дистанцию с другими людьми. Основная опасность подхватить вирус - это находиться в толпе или взаимодействовать с другими людьми. Идеальный вариант гулять в своём дворе. По приходу с улицы дома следует обрабатывать дезинфицирующими средствами руки и лицо.  
 Хочется всем пожелать в это сложное время понимания, силы, крепкого здоровья! Берегите себя и ваши семьи!