



Стрекоза

Ежемесячная газета № 3, 2020 год
МДОУ «Детский сад № 77»

Сегодня в номере:

- ✓ *События февраля..... 2*
- ✓ *Бассейн. Особенности детей 6-7 лет.*
(Автор: инструктор по плаванию Иванова Н.В.)4
- ✓ *ГТО для дошкольников.*
(Автор: инструктор по физической культуре Смирнова Л.В)8
- ✓ *Игры, развивающие выдержку и умение
сосредотачиваться. (Автор: педагог-психолог Мониц Л.П.) 12*
- ✓ *Разнообразные, весёлые игры с детьми с 2-х до 5-
ти лет (Автор: педагог-психолог Мониц Л.П.).....13*
- ✓ *Роспотребнадзор выпустил памятку для
родителей на период эпидемии коронавирусной
инфекции.....17*

Адрес официального сайта МДОУ «Детский сад № 77»
в сети Интернет:

<https://mdou77.edu.yar.ru//>

Адрес страницы в ВК

<https://vk.com/id559440196>



События марта.

В марте было много событий. Давайте остановимся на некоторых из них. Во-первых, вся страна и мы, в том числе поздравляла наших дорогих мам, бабушек, девочек. Поздравления, которые дарили наши воспитанники, были на любой вкус: традиционные лирические песни и стихи, некоторым родителям довелось побывать на балу, а некоторым посчастливилось и они попали на мюзикл, где дети показывали своим родным и театральные постановки по произведениям классиков. Да, есть, что вспомнить!



Во-вторых, это участие детей в акциях и конкурсах, организованных как в рамках нашего учреждения, так и сторонними организациями.



1. Все знают, что этот год является юбилейным Годом празднования 75-летия Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941 – 1945 годов.



Наш детский сад вошёл в число садов, которые приняли участие в акции «Письма Ветеранам и защитникам тыла».



2. Участие в творческом конкурсе среди воспитанников дошкольных образовательных учреждений «ГТО глазами детей».



3. На территории парка «Юбилейный» состоялось одно из мероприятий ежегодного городского природоохранного конкурса – акция «Подарите птицам дом».



4. Участие в городском конкурсе-акции "Пернатая радуга".
5. В стенах нашего детского сада прошла выставка творческих работ на тему «Безопасное движение – это жизнь».



6. В рамках Проекта «Марафон экособытий Ярославии» основным экологическим событием в марте 2020 года является Международный день лесов.

Эколого-просветительские мероприятия, которые прошли у нас по этому направлению:



- экоуроки по теме «Охрана лесов»;
- сбор макулатуры для вторичной переработки;

(Общими усилиями было собрано -1292,9 кг.!)



Группа № 1 – 424,8 кг.
Группа № 2 – 268,4 кг.
Группа № 3 – 63 кг.
Группа № 4 – 103,4 кг.
Группа № 5 – 15,8 кг.
Группа № 6 – 298,4 кг.
Группа № 7 – 71,4 кг.
Группа № 9 – 47,7 кг

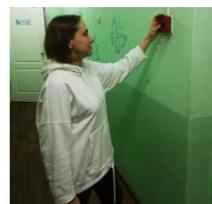


- конкурс рисунков на тему «Защити лес от пожара»;
В-третьих, 5 марта состоялась заключительная для этого учебного года встреча Консультационного пункта. Темой встречи была: «Полезность физической культуры для общего развития детей».



И последнее, но не по важности!

17 марта, прошел Единый день пожарной безопасности на территории Ярославской области. В связи с этим прошла тренировка по эвакуации, отработки слаженности действий персонала, воспитанников и экстренных оперативных служб при возникновении пожаров и чрезвычайных ситуаций.



Во время вынужденных выходных предлагаем поучаствовать в следующих конкурсах.

1. «Жить экоЛОГИЧНО»

Работы для участия в конкурсе принимаются по 6.04.2020г.

2. конкурс «Верный друг в войне».

Срок приема работ до 13 апреля.

3. Городской конкурс творческих работ «Цвета Победы»

Прием творческих работ осуществляется 20.04.2020

4. Конкурс поздравительных открыток «День космонавтики»

Работы принимаются 6 апреля

5. Смотр-конкурс «Семья года»

Прием заявок до 6 апреля.

Все подробности о конкурсе можно узнать на странице «В контакте» Детский-Сад Стрекоза <https://vk.com/id559440196>

Бассейн. Особенности развития детей 6-7 лет.

Автор: инструктор по плаванию Иванова Н.В.

В подготовительной к школе группе завершается обучение в детском саду. Но это не означает, что дети полностью овладевают технически правильными способами плавания. Большинство из них осваивает плавание кролем на груди и на спине в общих чертах. Их движения еще недостаточно слитны и точны, наблюдается нарушение ритма. Конечной целью не является обучение спортивному плаванию. Дети должны освоиться с водой, преодолеть водобоязнь, получить азы техники плавания. Главное необходимо научить маленьких пловцов пользоваться приобретенными навыками в различных сочетаниях и в самых разнообразных упражнениях, заложив прочную основу для дальнейших занятий, выработать привычку к навыкам здорового образа жизни. На этом этапе продолжается усвоение и совершенствование плавательных движений. В играх и упражнениях воспитывается самостоятельность, организованность, решительность, уверенность в своих силах, инициативность, умение творчески использовать приобретенные навыки.



Задачи обучения.

- Продолжать знакомить со свойствами воды.
- Разучивать технику способов плавания кроль на груди и кроль на спине.
- Продолжать обучать лежанию, скольжению на груди и на спине.
- Учить погружаться в воду, открывать в ней глаза, передвигаться и ориентироваться под водой.
- Научить выдоху в воду.
- Учить уверенно, держаться на воде, скользить по ней на груди более продолжительное время.
- Учить различным прыжкам в воду, научить прыжку ногами вперед, головой вперед.
- Учить выполнять попеременные движения ногами во время скольжения на груди и на спине.
- Учить попеременные и одновременные движения руками во время скольжения на груди и на спине.
- Учить сочетать движения руками и ногами при скольжении на груди и на спине.



Гигиенические навыки: самостоятельно раздеваться, одеваться и вытираться; принимать душ, знать личные вещи.

Правила поведения: знать основные правила поведения и сознательно их выполнять.

К концу года дети могут.

- Погружаться в воду, открывать глаза в воде
- Поднимать со дна предметы с открыванием глаз под водой.
- Нырять в обруч, проплывать тоннель, мост.
- Выполнять вдох над водой и выдох в воду с неподвижной опорой.
- Выполнять серии выдохов в воду, ритмичный вдох - выдох в сочетании с движениями ног, дышать в положении лежа на груди с поворотом головы в сторону с неподвижной опорой
- Выполнять прыжок ногами вперед, головой вперед.
- Скользить на груди и на спине с работой ног, с работой рук.
- Пытаться скользить на спине, лежать с плавательной доской.
- Продвигаться с плавательной доской с работой ног на груди и на спине.
- Выполнять упражнения «Звездочка» на груди, на спине, Упражнение «Осьминожка» на длительность лежания.
- Плавать на груди с работой рук, с работой ног.
- Пытаться плавать способом на груди и на спине.



Упражнения и игры

- Скольжение с различным положением рук, «Торпеда» с различным положением рук, ныряние, плавание при помощи движений ног, рук в согласовании с дыханием, в полной координации кролем на груди, спине, комбинированными способами.

Игры «У кого больше пузырей», «Салки» с предметами, фиксированным положением на воде, «Охотники и утки», «Белые медведи», «Невод», «Веселые ребята», «Удочка», «Переправа», «Разноцветные мячи», разнообразные эстафеты, «Водное поло».

Ожидаемый результат выполнения



Упражнение «Торпеда на груди».

Оттолкнувшись ногой от бортика, лечь на воду как при упражнении

«Стрелочка». Руки вытянуть вверх и соединить за головой. Опустить лицо в воду. Скользить по поверхности воды, ритмично работая ногами способом кроль. На задержке дыхания, или делая один вдох. Плыть длину бассейна - 7м

Упражнение «Торпеда на спине». Стоя лицом к бортику, оттолкнуться ногой от бортика. Лечь на воду как при упражнении «Стрелочка на спине». Руки вытянуть вверх и соединить за головой, прогнуться назад, лечь затылком на воду без брызг. Скользить по поверхности воды, ритмично работая ногами способом кроль, не надувая щёк, свободно дыша ртом. Плыть - 7м

Плавание произвольным способом 7м. Проплыть 7м, руки - брасс, ноги - кроль.

Или плыть ногами кроль, руки выполняют гребок по типу кроль, с выносом или без выноса из воды. На задержке дыхания или выполняя вдох через сторону.

Можно плыть на спине работая ногами. При этом прямые руки выполняют гребок, где одна всегда вверху, а другая вдоль туловища. Дыхание ртом, не надувая щёк.



Уметь различать спортивные стили плавания.

Брасс - похож на плавание лягушки. Руки и ноги под водой. Есть фаза скольжения в «стрелочку». Брассом легко плыть под водой.

Дельфин – так плавают «Русалочка», дельфины, ноги всегда прижаты вместе как хвостик, тело повторяет волну. Руки одновременно выносятся из воды над головой, или всегда соединены впереди над головой. Самый сложный стиль плавания.

Кроль на груди – самый быстрый стиль плавания.

Руки и ноги работают попеременно, ритмично, вдох через сторону. Кроль на спине – стиль, с которого начинают учить детей плавать. Руки и ноги прямые, работают попеременно, ритмично, вдох ртом, выдох носом и ртом.



ГТО для дошкольников.

Автор: инструктор по физической культуре Смирнова Л.В.

В настоящее время в образовательных организациях возрождается эта добрая традиция советского времени. **Цель** – сделать работу по физическому воспитанию детей систематической и результативной. Сегодня мы и постараемся разобраться, как организовать работу по внедрению Комплекса ГТО, заинтересовать этим процессом дошкольников и помочь им получить первые значки ГТО уже в детском саду.



Итак, что же такое ГТО?

Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне» (далее – Комплекс ГТО) был введен 1 сентября 2014 г. Указом Президента РФ. (Указ Президента РФ от 24 марта 2014 г. № 172 “О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»). Комплекс ГТО – полноценная программная и нормативная основа физического воспитания населения страны, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации. Комплекс ГТО предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп (от 6 до 70 лет и старше) установленных нормативных требований по трем уровням трудности, соответствующим золотому, серебряному и бронзовому знакам отличия «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Какие привилегии дает значок ГТО?

Наличие знаков отличия будет учитываться при поступлении в высшие учебные заведения. Обучающимся, имеющим золотой знак, может быть назначена повышенная государственная академическая стипендия. К примеру, за пять золотых знаков, полученных подряд, предусмотрена правительственная награда. А работодателям рекомендовано продумать вопрос с премиями и надбавками работникам, которые отличились. Программа стимулирования и поощрения «значкистов ГТО» еще разрабатывается.

Кто может выполнить нормы ГТО?

Структура Комплекса ГТО состоит из 11 ступеней в соответствии с возрастными группами (Постановление Правительства РФ от 11.06. 2014 г. № 540 «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне»)

I СТУПЕНЬ — от 6 до 8 лет

II СТУПЕНЬ — от 9 до 10 лет

III СТУПЕНЬ — от 11 до 12 лет

IV СТУПЕНЬ — от 13 до 15 лет

V СТУПЕНЬ — от 16 до 17 лет

VI СТУПЕНЬ — от 18 до 29 лет

VII СТУПЕНЬ — от 30 до 39 лет

VIII СТУПЕНЬ — от 40 до 49 лет

IX СТУПЕНЬ — от 50 до 59 лет

X СТУПЕНЬ — от 60 до 69 лет

XI СТУПЕНЬ — от 70 лет и старше.



Цель и задачи физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

Цель - повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, гармоничном и всестороннем развитии личности, воспитание патриотизма и гражданственности, улучшение качества жизни граждан Российской Федерации. Задачи комплекса ГТО:

увеличение числа граждан, систематически занимающихся физической культурой и спортом;

повышение уровня физической подготовки, продолжительности жизни граждан;

формирование у населения осознанных потребностей в систематических занятиях физической культурой и спортом, физическом самосовершенствовании, ведении здорового образа жизни;

повышение общего уровня знаний населения о средствах, методах и формах организации самостоятельных занятий, в том числе с использованием современных информационных технологий;

модернизация системы физического воспитания и системы развития массового, детско-юношеского, школьного и студенческого спорта в образовательных организациях, в том числе путем увеличения количества спортивных клубов.

На каких принципах основывается комплекс ГТО?

- Добровольность и доступность
- Оздоровительная и личностно ориентированная направленность
- Обязательность медицинского контроля
- Учет региональных особенностей и традиций.

Этапы внедрения Комплекса ГТО.

Согласно утвержденному плану внедрение Комплекса ГТО должно проходить поэтапно на федеральном, региональном и местных уровнях (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 года № 1165-р об утверждении плана мероприятий по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»)

Первый этап – организационно-экспериментальный (май 2014 года – декабрь 2015 года). Предусматривал внедрение комплекса ГТО среди учащихся образовательных организаций в 12 субъектах Российской Федерации, в том числе и Кемеровской области.

С января 2016 г. начался **второй этап**. В ходе этого этапа предусматривается внедрение комплекса ГТО для обучающихся всех образовательных организаций страны, а также других категорий населения в 12 субъектах РФ. А **третий этап** повсеместного внедрения комплекса ГТО среди всех категорий населения России начался с марта 2017г.

С какого возраста дошкольники могут сдавать нормы ГТО?

В настоящее время воспитанники всех дошкольных образовательных организаций, которым исполнилось 6 лет, могут участвовать в подготовке и сдаче норм ГТО.

Все ли дети будут допущены к выполнению нормативов?

К сдаче нормативов допускаются воспитанники 1 и 2 группы здоровья, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе для занятий физической культурой. Воспитанники, относящиеся к подготовительной медицинской группе, смогут выполнять нормативы только после дополнительного обследования врачом. Специальная медицинская группа к выполнению нормативов не допускается.

Какие виды испытаний комплекса ГТО для I ступени?

Обязательные испытания :

- Челночный бег 3x10 м (с) или бег на 30 м (с)
- Смешанное передвижение (1 км)
- Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз) или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (количество раз) или сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)
- Наклон вперед из положения стоя с
- прямыми ногами на полу

Испытания (тесты) по выбору :

- Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)
- Бег на лыжах на 1 км (мин, с)
- Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество раз)
- Бег на лыжах на 2 км (мин, с) или смешанное передвижение на 1,5 км по пересеченной местности
- Плавание без учета времени (м)



Для получения знака отличия Комплекса ГТО необходимо выполнить обязательные испытания (тесты) по определению уровня развития скоростных возможностей, выносливости, силы, гибкости, а также необходимое количество испытаний (тестов) по выбору по определению уровня развития скоростно-силовых возможностей, координационных способностей, уровня овладения прикладными навыками. Виды обязательных испытаний (тестов) и испытаний (тестов) по выбору изложены в приложении к настоящим государственным требованиям к

уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне». Требования к оценке знаний и умений в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом.

Какие требования предъявляются к подбору испытаний?

Соответствие возрасту детей
Безопасность жизни и здоровья
Наличие количественной оценки
Наличие данных упражнений в программах по физическому воспитанию дошкольников
Преимственность с основной общеобразовательной программой начального общего образования.



Игры, развивающие выдержку и умение сосредотачиваться.

Автор: педагог-психолог Монид Л.П.

Солнце. (с 3х лет)

Нарисовать на бумаге большой жёлтый круг. Затем поочерёдно (один штрих делает ребёнок, следующий - мама или папа и т.д.) пририсовать к солнцу как можно больше лучей.

Змея. (с 4х лет)

Нарисовать большую змею. Теперь нужно разрисовать змеиную кожу, поочерёдно нанося разноцветными фломастерами узор из звёздочек, точек, волнистых и зигзагообразных линий и т.д.

Лужок с цветами. (с 4х лет)

Немного увлажнить акварельные краски. Смочить в краске пальцы (каждый палец - своей краской) и на листе бумаги, ставя отпечатки пальцев, "нарисовать" травинки, цветы и т.д. Лепестки цветов пририсовываются фломастером вокруг отпечатков.



Железная дорога. (с 5ти лет)

Нарисовать фломастером поезд. Затем "посадить" в каждый вагон какое-нибудь животное - в один, например, слона, в другой утку и т.п.

Родители и ребёнок рисуют поочерёдно или вместе.

Поиск. (с 3х лет)

Сообща рассматривать книжку с картинками. С первой картинки начинается игра: "Я вижу что-то, оно красное! Что это?" Когда это что-то будет найдено, поменяться ролями.

Выдумывать истории. (с 5ти лет)

История, которая рассказывается в книжке с картинками, изменяется: к картинкам сообща придумываются новые события.

Вылепить ёжика. (с 3х лет)

В парке или лесу насобирать коротких тонких палочек. Сделать из пластилина короткую толстую колбаску и воткнуть в неё собранные палочки: получится ёжик.

Узор-сюрприз. (с 4х лет)

Из большого куска бумаги вырезать квадрат. Сложить треугольником. Теперь на сгибе вырезать узоры: клинья и дужки. Бумага складывается снова и снова, каждый раз добавляются новые узоры. Под конец развернуть бумажный лист.

Фальшивомонетчик. (с 5ти лет)

Положить под бумагу разные монеты. Закрасить карандашом - монеты "проявятся". Затем вырезать бумажные монеты и склеить соответствующие стороны.

Сортировать карты. (с 3х лет)

Колоду игральных карт разложить по мастям или достоинству.

Цепная реакция. (с 4х лет)

Костяшки домино установить на короткое ребро одну за другой. Прикоснуться к последней в ряду - все костяшки попадают. Или строить из них как можно более высокую башню.

Разнообразные, весёлые игры с детьми с 2-х до 5-ти лет

Игры детям с 2-х лет



Кегли

Кубики расставляем на ковре, как кегли, и сбиваем их теннисным мячиком.

Лента из домино

Костяшки из домино составляем друг за другом в длинную ленту, ставя их на короткое ребро. Когда лента будет готова, первую костяшку подталкиваем. Все костяшки падают, опрокидываясь одна за другой.

Игра в ведьму

Из верёвочки выкладываем круг. Это - дом ведьмы, в котором один из игроков - ведьма - подстерегает добычу. Остальные ползают вокруг ведьмино дома. Когда ведьма выходит наружу, все очень быстро удирают.

Играем в прятки

Один прячется в квартире, а другие должны его найти.

Мастерим кораблики

Из ореховой скорлупы делаем кораблики: приклеиваем из бумаги треугольные паруса. Кораблики пускаем плавать в тазу или в ванне. Дует на них в разных направлениях.

Игры для детей с 3-х лет

Кто дальше дунет

Дует на пробки от бутылок так, чтобы они отлетели как можно дальше.

Напеваем

Один из играющих начинает напевать мелодию. Другие должны её узнать.

Картинки-кляксы

Брызнуть тушь на бумагу. Бумагу сложить кляксой внутрь, затем снова развернуть. Из отпечатков нарисовать картинку.

Изображаем змею

Чем больше игроков, тем лучше. Бегаем по квартире друг за другом. Направляющий говорит игрокам, что они должны делать, например, ползти вокруг стола или кувыркаться по комнате.

Бег с "яйцом"

Шарик от пинг-понга кладём на чайную ложку и бегаем по всей квартире, стараясь удержать шарик на ложке.

Болтуны

Быстро-быстро говорим. Кто сможет дольше?

Держим равновесие

С вытянутыми в стороны руками идём, как канатоходец, по самому краешку ковра.

Забиваем голы

Верёвочкой обозначаем на ковре ворота. С некоторого удаления бросаем по воротам шарики от пинг-понга. Каждое попадание приносит очко.

Игра в фанты

Собираем с игроков фанты. Других спрашиваем: "Что должен сделать игрок, которому принадлежит этот фант?"

Игры для детей с 4-х лет

Быстро соображаем

Один игрок быстро называет какое-нибудь слово. Другой тут же должен сказать, что ему в связи с этим пришло на ум. Потом меняемся ролями.

Загадываем про людей

Смотрим в окно. Придумываем про людей, которых видим внизу, разнообразные истории.

Игра в привидение

Все закутываются в белые платки и кружат по квартире, как привидения, с ужасающими звуками.

Игра с магнитом

Магнит кладём под бумагу, а на бумагу - монетку. Магнитом двигаем монетку по бумаге.

Играем в разбойников

Прячем в комнате несколько предметов. Вернувшись в комнату игроки должны отыскать пропажу.

Ищем колечко

Колечко незаметно перекладываем в кулак другого игрока. Нужно угадать, в какой руке спрятано колечко.

Игры для детей с 5-ти лет

Игра в ступеньки

Поднимаемся по лестнице ступенька за ступенькой. Каждой новой ступеньке придумываем имя.

Качели

Один ложится на покрывало, другие поднимают его повыше и качают.

Комнатка из коробки

Из обувной картонной коробки делаем комнату. Рисуем на бумаге мебель, вырезаем и клеиваем её в коробку.

Кроватки из спичечных коробков

Из спичечных коробков мастерим кроватки, из бумаги вырезаем подходящие по размеру подушечки и одеяльца. Рисуем на бумаге человечков, вырезаем и укладываем в кроватки.

Игрушечные деньги

Монеты кладём под бумагу. Мягким карандашом трём поверх монетки. Бумажные деньги вырезаем.

Мозаика

Из бумаги вырезать прямоугольник. Затем разрезать его на 10 частей разной формы. Кусочки перемешать. Снова составить прямоугольник из кусочков.

Мастерим животных из бумаги

На плотной бумаге рисуем любых животных. Вырезаем. Приклеиваем полоску картона в качестве подставки.

Нанизываем сердца

Вырезаем сердечки из цветной бумаги. В каждом сердце проделываем отверстие и нанизываем на шнурок. Цепочку подвешиваем.

Обрисовываем руку

Руку кладем на бумагу. Карандашом обрисовываем по контуру. Вырезаем и разрисовываем красочными узорами.

Роспотребнадзор выпустил памятку для родителей на период эпидемии коронавирусной инфекции

В Управлении Роспотребнадзора рассказали о рекомендациях родителям на период эпидемии коронавирусной инфекции.

1. На период ограничительных мероприятий необходимо исключить, а, если такое невозможно, то максимально ограничить контакты детей.
2. Для максимального снижения риска инфицирования детям лучше оставаться дома. При этом необходимо регулярно проветривать помещение, не реже 1 раза в день проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств. Важно сразу провести дезинфекцию помещения, а также предметов, упаковки продуктов после доставки их домой.
3. Нужно полностью исключить посещения каких-либо учреждений, мест общественного питания, торговли, образовательных и развлекательных центров, а также других мест общественного пользования.
4. К местам общественного пользования, которые не следует посещать, относятся детские площадки дворов и парков.
5. Гулять с детьми можно на собственных приусадебных участках и площадках, находящихся в индивидуальном пользовании.
6. Посещение лесопарковых зон возможно только при исключении общения с другими взрослыми и детьми, при отсутствии вокруг других отдыхающих.
7. Перед вынужденным выходом из квартиры ребенку по возможности нужно объяснить, что за пределами квартиры нельзя прикасаться руками к лицу и к каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.

8. После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос (неглубоко).

9. Следует помнить, что при достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус может сохранять жизнеспособность в течение длительного времени, до 3 суток и более. У некоторых людей, независимо от возраста, вирус может давать лёгкую или стертую форму заболевания. Именно такие люди наиболее часто становятся источником заболевания.

COVID-19

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ НА ПЕРИОД ЭПИДЕМИИ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

РОСПОТРЕБНАДЗОР

ЕДИНЫЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43



1. На период ограничительных мероприятий необходимо исключить, а, если такое невозможно, то максимально ограничить контакты детей.



2. Для максимального снижения риска инфицирования детям лучше оставаться дома. При этом необходимо регулярно проветривать помещение, не реже 1 раза в день проводить влажную уборку с применением дезинфицирующих средств. Важно сразу провести дезинфекцию помещения, а также предметов, упаковки продуктов после доставки их домой.



3. Нужно полностью исключить посещения каких-либо учреждений, мест общественного питания, торговли, образовательных и развлекательных центров, а также других мест общественного пользования.



4. К местам общественного пользования, которые не следует посещать, относятся детские площадки дворов и парков.

5. Гулять с детьми можно на собственных приусадебных участках и площадках, находящихся в индивидуальном пользовании.



6. Посещение лесопарковых зон возможно только при исключении общения с другими взрослыми и детьми, при отсутствии вокруг других отдыхающих.



7. Перед вынужденным выходом из квартиры ребенку по возможности нужно объяснить, что за пределами квартиры нельзя прикасаться руками к лицу и к каким-либо предметам: дверным ручкам, поручням и перилам, стенам, кнопкам лифта и др.



8. После возвращения домой необходимо обработать руки дезинфицирующим средством, снять одежду, тщательно с мылом помыть руки и другие открытые участки кожи, особо обратив внимание на лицо, прополоскать рот, аккуратно промыть нос (неглубоко).



9. Следует помнить, что при достаточной влажности и невысокой температуре коронавирус может сохранять жизнеспособность в течение длительного времени, до 3 суток и более. У некоторых людей, независимо от возраста, вирус может давать лёгкую или стертую форму заболевания. Именно такие люди наиболее часто становятся источником заболевания.

Выпуск подготовила

педагог-психолог Монид Л.П.