#СИДИМДОМА

Уважаемые родители (законные представители) наших воспитанников!

Период вынужденной домашней самоизоляции в целях сохранения здоровья и жизни детей и взрослых – это возможность провести время всей семьей, пообщаться, научиться и научить друг друга чему-то новому, дружно смастерить поделки и нарисовать рисунки.

 Пожалуйста, поддерживайте связь с воспитателем по телефону 89270016217 или в сообществе Лопатинского филиала в ВКонтакте по адресу https://vk.com/sadvesnushki. Сообщайте о самочувствии, задавайте интересующие вас вопросы. Мы всегда готовы вас проконсультировать, что-то подсказать, разъяснить и помочь.

 Придерживайтесь режима дня для дошкольников, который действует в детском саду. Для ребенка важны полноценный сон, правильное питание, обеспечение необходимой двигательной активности.

 Охраняйте психическое здоровье детей: лимитируйте время нахождения перед телевизором, компьютером, ноутбуком, планшетом. Непрерывная продолжительность работы с компьютером в форме развивающих игр для детей 5 лет не должна превышать 8-10 минут, для детей 6 — 7 лет — 10-15 минут.

Родители, если Вам необходимы советы, Вам сюда:

<https://www.adme.ru/svoboda-psihologiya/11-sovetov-ot-mnogodetnoj-mamy-psihologa-chemu-opytu-doveryayut-milliony-roditelej-2120815/>

