**Проект «Снимем с вируса корону»**

**Тип проекта**: информационно-практико-ориентированный

**Вид проекта**: групповой, краткосрочный

**Срок реализации проекта:** с 05.10 2020 г. по 12.10 2020 г.

**Место реализации:** Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  №46 «Снегири» г. Канск.

**Возраст детей: подготовительная к школе группа.**

**Участники проекта:** заведующий, старший воспитатель, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре, воспитатели, воспитанники и родители возрастной группы.

**Актуальность.** В настоящее время перед всем человечеством нависла угроза эпидемии, которая зовется «Коронавирус». А когда речь идет о какой-то угрозе, крайне важно достоверно знать, что она из себя представляет, каковы реальные риски, и как можно ей противостоять. Коронавирус COVID-19, который уверенными темпами распространяется по всей планете, не исключение.

В дошкольном возрасте взрослые являются несомненным авторитетом для детей. Дома – это родители, в Детском саду – воспитатели. А еще есть телевизор, Интернет, сверстники, которые доносят до детей не всегда правдивую и понятную детскому разуму информацию.

Если мы сами (родители, воспитатели) не объясним детям, что такое**Коронавирус** и другие термины, связанные с этим заболеванием (эпидемия, вирус, карантин и др.), они могут прибегнуть к причудливым фантазиям своего воображения, чтобы компенсировать недостаток информации. При этом, представляя себе ужасные сценарии, которые далеки от реальности. А это уже угроза психическому здоровью наших детей.

**Цель проекта:**информирование детей и родителей об известных фактах заболевания Коронавирус COVID-19 и рекомендуемых специалистами мерах предосторожности.

**Задачи.**

- пропаганда ответственного отношения к своему здоровью;

- повышение информационной компетентности детей и родителей;

- мотивирование к мерам предосторожности от заболевания вирусной инфекцией;

- формирование социальных навыков;

- развитие внимания, памяти, мышления;

- развитие коммуникативных навыков общения;

- развитие творческих способностей детей.

**Формы реализации проекта:**

-ОД;

-игры (сюжетно-ролевые, дидактические, речевые, подвижные, настольно-печатные);

-беседы, общение;

-рассматривание иллюстраций, рисунков, картинок;

-использование мультимедийных презентаций;

-просмотр мультфильмов;

- работа с родителями.

**Этапы проекта:**

1. Подготовительный.

1. Постановка проблемы, определение цели и задач работы. Активизация интереса детей к здоровью человека и своему собственному.

2. Подбор методической литературы, дидактических игр, иллюстрированного материала по данной проблеме.

3. Привлечение внимания родителей к проблеме профилактической и оздоровительной работы с детьми.

II. Основной.

1. Использование разработанных мероприятий в работе с детьми.

III. Заключительный.

1.Тематическая выставка детских рисунков.

**Реализация проекта**

1. **Подготовительный этап**
2. **Проблема.** Анализ исходной ситуации в стране и мире подтверждает необходимость проведения своевременной

информационной работы среди детей и взрослых, так как отмечается количество заболевших людей, которое имеет тенденцию к увеличению, а также в некоторых случаях приводит к летальному исходу. Родители воспитанников выражают желание получить больше информации об эффективных способах профилактики Коронавируса COVID-19.

2. Беседа с детьми «Почему сегодня на улицах и общественных местах люди ходят в масках?»

3. Анкетирование родителей (тест «Что Вы знаете о Короновирусе?» Приложение 1)

4. Подбор материала в сети Интернет, консультации с медицинскими работниками.

1. **Основной этап**

**План** **реализации проекта**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Основные виды деятельности с детьми, организуемые педагогами** | **Мероприятие** | **Сроки реализации** | **Ответственные** |
| Непосредственно образовательная деятельность | «Правила осторожности для ребят и Нюши» (Познавательное развитие) (Приложение 2)  «Короновируса не бойся» (Художественно-эстетическое развитие - музыка)  «Я здоровье берегу!» (Физическое развитие) (Приложение 4)  «Стоп коронавирусу!»» (Художественно-эстетическое развитие - рисование) (Приложение 3) | 05.10  08.10  09.10 | Воспитатели  Музыкальный руководитель  Инструктор по физической культуре |
| Игровая деятельность | С/р игры «Выходим на улицу», «Больница для кукол»  Д/игры «Кто быстрее оденет маску», «Правильно-неправильно», «Вредно-полезно»  Н/п игры Лото «Предметы профилактики болезни», «Хорошо-плохо»  Игра драматизация «Сказки на новый лад» | В течение проектной деятельности | воспитатели |
| Презентации, видеоролики | Презентация «Здравствуйте, я Короновирус»  Видеоролики «Детям о короновирусе»  Мультфильм Смешарики «Дома вместе» | В течение проектной деятельности | воспитатели |
| Наблюдения (экскурсии, прогулки) | Прогулка по территории детского сада.  Наблюдение за температурой воздуха. Цель: подвести детей к выводу, что понижение температуры воздуха влияет на то, что микробы погибают. | 07.10 | воспитатели |
| Рассказывание | Беседа «Внимание! Короновирус!» (Приложение 5)  Беседа «Болезни грязных рук»  Беседа «Где живут микробы и вирусы»  Составление рассказа «Маски в жизни современного человека» | В течение проектной деятельности | воспитатели |
| Чтение | Сказка «Вирус Короновирус», «Терапевтическая сказка о том, как победить коронавирус», «Лео и коронавирус» (Приложение 6) Д. Орлов «Как сто бед решил убить микробов, а заболел сам»  Б. Остер «Петька – микроб».  *Чтение и рассматривание иллюстраций к распечатанным с сайтов сети Интернет книжек для детей:*  #COVIBOOK (книжка в картинках испанской художницы  Мануэлы Молины) ;  «Стань борцом с коронавирусом»;  «Галактический путеводитель по Коронавирусу для любопытных детей» | В течение проектной деятельности | воспитатели |
| Экспериментирование, моделирование | Занятие-эксперимент «Способы переноса микробов» (Приложение 7)  Исследовательская игра «Чих»  Исследовательская игра: «Чистые руки» | 06.10  В течение проектной деятельности | воспитатели |
| Художественно-творческая деятельность | Мастер-класс «Делаем кукле медицинскую маску»  Собираем материалы для лэпбука «Внимание! Опасно! Микробы!» | В течение проектной деятельности |  |
| **Основные виды деятельности с родителями, организуемые педагогами** | **Мероприятие** | **Сроки реализации** | **Ответственные** |
| Консультации, памятки | «Рекомендации родителям на период эпидемии коронавирусной инфекции»  «О значении гигиенических процедур в период пандемии коронавируса»  «Как защитить детей от коронавируса в период снятия ограничений» (Приложение 8) | В течение проектной деятельности | Воспитатели  Медицинская сестра  Психолог |
| Информационный стенд | Папка-передвижка «Внимание! Короновирус!»  Настенные плакаты «Коронавирус» (Приложение 9) | В течение проектной деятельности | Воспитатели |
| Родительские собрания | Круглый стол «Как говорить с детьми о короновирусе» (Приложение 10) | 05.10 | Воспитатели  Медицинская сестра  Психолог |
| Мастер-классы | «Шьем профилактические маски для детей» | 05.10 | Воспитатели |
| Анкетирование | «Что нового узнали вы и ваш ребенок о профилактике Коронавируса?» | 09.10 | Воспитатели |

1. **Заключительный этап**

Выставка рисунков «Опаснейший микроб»

Презентация лэпбука «Внимание! Опасно! Микробы!»

Презентация-отчет по проекту.

**Предполагаемые результаты:**

- сохранение и укрепление физического здоровья детей;

- сохранение психологического здоровья детей и родителей;

- проявление интереса детей к мерам предосторожности от заболевания вирусной инфекцией;

- активное включение родителей в работу по сохранению и укреплению здоровья детей;

**Приложение 1**

**Тест для родителей «Что Вы знаете о Коронавирусе?»**

**1.Самые явные симптомы коронавируса — это**

а) потеря обоняния и вкуса, высокая температура тела, сухой кашель

б) мокрый кашель, высокая температура тела, потеря вкуса

в) головная боль, диарея, тошнота, рвота

**2. Как передается коронавирус?**

а) через прикосновения

б) воздушно-капельным путем и контактно

в) по наследству

**3.Назовите меры профилактики коронавируса**

а) соцдистанция, гигиена, средства защиты, дезинфекция

б) никаких мер профилактики не нужно

достаточно носить маску

**4. Как правильно носить маску?**

а) в кармане или на подбородке

б) можно носить всегда одну маску и не стирать

в) плотно прилегающую маску нужно регулярно менять

**5. Сколько дней длится самоизоляция?**

а) весь больничный

б) 14 дней

в) пока выйти из дома не разрешит губернатор

**6. Если появились симптомы ОРВИ или коронавируса**

а) нужно остаться дома и обратиться к врачу

б) можно идти на работу

в) нужно сидеть в очереди к терапевту и кашлять на всех

**7. Соцдистанция при COVID-19 должна быть**

а) минимум 5 метров

б) можно обниматься даже в пандемию коронавируса

в) 1,5 или лучше 2 метра

**8. От ковида есть прививка?**

а) конечно, ее можно поставить самому

б) от коронавируса нет прививки

в) да, но пока что она проходит испытания

**9. Коронавирусом можно заболеть несколько раз?**

а) нет, если переболеть один раз, больше не заразишься

б) если поставить прививку, то можно заболеть снова

в) да, такие случаи уже есть, хотя вирус еще не до конца изучен

**10. Идет пандемия. После поездки за рубеж нужно**

а) сдать тест на ковид, самоизолироваться до получения результата, сообщить его в РПН или на Госуслуги

б) пойти в гости к друзьям

в) пойти на работу, хватит уже отдыхать

**Приложение 2**

**Конспект образовательной деятельности «Правила осторожности для ребят и Нюши»**

**Интеграция образовательных областей:** познавательное развитие, физическое развитие, речевое развитие.

**Цель** – формирование представлений **детей о Коронавирусе.**

**Задачи:**

1. расширить знания **детей о том,** как можно заботиться о своем здоровье; познакомить **детей** с характерными признаками болезни и профилактикой Коронавируса;

2. Учить **детей** самостоятельно рассказывать о различных способах защиты от Коронавируса.

3. Воспитать желание быть здоровым, сопротивляться болезням, соблюдать правила гигиены.

## Ход занятия

Воспитатель: Здравствуйте ребята. Мне сегодня утром позвонила смещарик Нюша. Она гостила у нас в Канске у бабушки. Она чем-то напугана и хочет поговорить с вами.

В группу входит грустная Нюша!

Нюша: Здравствуйте ребята! Я приехала погостить к своей бабушке, уже собиралась уезжать домой, но узнала, что в нашем Канске большая беда. Все жители вашего города очень сильно заболели. Началась эпидемия и люди заражаются друг от друга. Вот я и пришла к вам, чтобы вы объяснили мне, что это за болезнь такая, и как с ней справиться?

Воспитатель: Ребята вы готовы помочь Нюше и рассказать ей всё что знаете, о гриппе и о вирусах.

Нюша: Ой! А вы случайно сейчас не болеете?

Воспитатель: Ты что Нюша, у нас в детском саду все ребята здоровые, а когда они заболевают, то сидят дома и лечатся.

Нюша: А если вы заболеете, то, как догадаетесь об этом? По каким признакам?

Дети: Усталость, кашель, чихание, насморк, головная боль, плохое настроение, плохой аппетит, ломота в руках, ногах и т. д.

Нюша: Ребята, а как вы думаете, где можно заразиться гриппом или вирусом? Или как его там – Коронавирусом?

Дети: В детском саду, в магазине, в транспорте, на улице, в аптеке, на почте….

Нюша: Как много мест, где можно заразиться!

Воспитатель: вирусы проникают в человеческий организм. Они такие маленькие, что их нельзя увидеть даже через увеличительное стекло. Лишь после того, как изобрели микроскоп, врачи увидели тех невидимых отравителей, которые поселяются в организме человека.

Вирус - это невидимый злодей,

Враг честных и простых людей.

Несмотря на крошечные размеры, вирус – существо могущественное. Стоит им только пробраться в организм человека, они начинают там разбойничать и размножаться. Человеку становиться плохо, он заболевает – чихает, кашляет, у него поднимается температура. Таким образом, организм человека объявляет вирусам войну.

Воспитатель: Ребята если бы вы взглянули в микроскоп на капельку крови больного человека, то заметили бы, что в ней кишат какие-то крохотные извивающиеся палочки, ели видимые запятые, спиральки. Это и есть возбудители болезни. Иногда вирусы забираются в самые дальние закоулки человеческого тела.

Нюша: Как же с ними справиться? Как победить болезнь?

Дети: Чаще мыть руки с мылом, вызвать врача, носить маску, делать уколы, пить чай с малиной, лимоном, измерять температуру, принимать лекарства, лежать в постели, полоскать горло настойками трав, закапывать лекарство в нос, есть фрукты, овощи, витамины.

Воспитатель: Чтобы не заболеть, не заразиться от больных людей, надо соблюдать определённые правила.

Нюша: Как защитить себя от вирусов, чтобы остаться всегда здоровым?

Дети: Мыть руки с мылом. Есть только мытые овощи и фрукты. Не ходить в людные места, по возможности оставаться дома, не трогать руками лицо, глаза, нос, пользоваться дезинфицирующими средствами. Дома чаще проветривать, проводить влажную уборку.

Воспитатель: Правильно ребята, все это помогает избавиться от микробов и вирусов, которые любят грязь.

Обязательно как можно чаще мыть руки и лицо с мылом.

И обязательно нужно хорошо мыть все овощи и фрукты.

Нюша: А что ещё нужно делать, чтобы быть здоровыми?

Дети: Весной, зимой принимать витамины.

Закаляться.

Проветривать помещение.

Гулять на свежем воздухе.

Не кутаться в тёплые одежды, не надевать лишнего.

Заниматься физкультурой.

Пользоваться только своим личным полотенцем.

Соблюдать гигиену сна.

Нюша: Я все это немножко знаю. Но про Коронавирус, который говорят родом из Китая, я ничего не знаю. Ехать в Китай, чтобы поточнее все разузнать – не пускают, опасно, можно заразиться. Но что делать, если Коронавирусом заболела моя бабушка или кто-нибудь из членов вашей семьи?

Воспитатель: Следует позаботиться о близком человеке, но и не забывать о себе.

Нужно обязательно одевать марлевую повязкуили медицинскую маску, если рядом находится больной человек. И соблюдать определенные правила.

Ребята, давайте расскажем Нюше об этих правилах, да и сами их вспомним. Ведь их необходимо помнить соблюдать, чтобы не заболеть Коронавирусом.

*Походу беседы воспитатель поясняет детям слова: дезинфекция, профилактика, дезинфицирующие салфетки,* *инфицирование,* *респираторные вирусные инфекции,* *вирусная пневмония.*

ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и **коронавирусной инфекции**. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей *(столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.)* удаляетлюбые вирусы.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (при чихании, кашле, поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1,5 метра от больных).

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и **коронавируса** распространяются этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;

- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;

- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;

- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ?

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;

- **старайтесь** не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;

- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;

- не используйте вторично одноразовую маску;

- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит.

Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, **КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?**

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

СИМПТОМЫ ГРИППА/**КОРОНАВИРУСНОЙ**ИНФЕКЦИИ

Высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.

В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

ОСЛОЖНЕНИЯ

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ/

**КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ**?

Вызовите врача.

Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.

Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.

Часто проветривайте помещение.

Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.

Часто мойте руки с мылом.

Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами *(платком, шарфом и др.)*.

Ухаживать за больным должен только один член семьи.

Воспитатель: А еще не такой уж он вредный этот Коронавирус, вот сейчас мне СМС прислал со своими инструкциями. Послушайте.

«Привет, меня зовут Коронавирус. Я родственник гриппа и простуды. Я люблю путешествовать… и перепрыгивать с одной руки на другую руку, чтобы сказать: «Привет!» Вы слышали обо мне? Иногда взрослые волнуются, когда читают про меня новости и видят меня по телевизору. ЭТО ЖЕ Я! Я хочу рассказать о себе… Понимаете… Когда я прихожу в гости, я приношу с собой… проблемы с дыханием, высокую температуру, кашель. Но я не остаюсь в гостях надолго, и почти все люди выздоравливают. Не беспокойтесь! Взрослые о вас позаботятся! Вы в безопасности! Мойте руки водой с мылом, напевая песенку. Используйте очищающее средство, антисептик, нанесите его на руки и подождите, пока оно высохнет. Вы тоже можете помочь… Не шевелите руками и досчитайте до десяти. Когда руки высохнут, можно пойти поиграть! Можно петь свою любимую песенку, песенку о дне рождения, или об алфавите пока врачи работают над созданием вакцины. С этой вакциной я смогу сказать вам: «Привет!», и вы не заболеете. Если вы будете все это делать, я не приду к вам в гости!»

Нюша: Спасибо большое! Вы очень помогли мне хорошо объяснили, что такое вирус, и как с ним нужно бороться, теперь я, отправляясь к себе домой, помогу своим друзьям вылечиться, и расскажу им все что узнала у вас. Да еще и новую серию Смешариков» про вирусы придумаем!

**Приложение 3**

**Конспект образовательной деятельности по художественно-эстетисескому развитию «Стоп Коронавирусу»**

*(нетрадиционная техника рисования «Кляксография»)*

**Цель:**развитие творческих способностей детей.

**Задачи:**

**-** расширить знания детей о том, как можно заботиться о своем здоровье;

**-** познакомить детей с характерными признаками инфекции и профилактикой;

- учить детей самостоятельно рассказывать о различных способах защиты от вируса.

**-** воспитать желание быть здоровым, сопротивляться болезням, соблюдать правила гигиены.

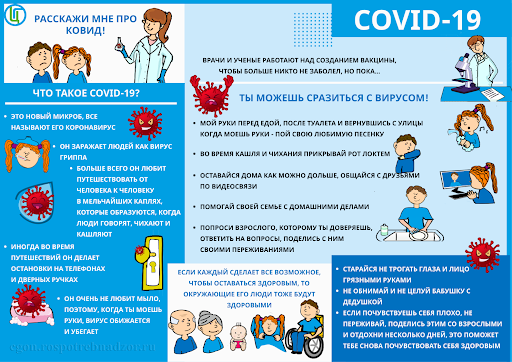
**Предварительная работа:** беседа, рассматривание картинок и плакатов по профилактике гриппа и коронавирусной инфекции, видеоматериал, т. д.

**Материал и оборудование:** трафареты открытки, трубочки для напитков, краска (зелёная, кисти, ёмкость с водой, карандаш, красный, черный маркер.

**Ход работы:**

*В:* Здравствуйте ребята! Хочу вам рассказать такую новость! На Земле родился еще один вирус. Он настолько опасный, что его возвели в королевский ранг и зовут Короновирусом. Так его называют еще и потому, что под микроскопом этот вирус похож на корону.

*(на доске размещены плакаты с рисунками коронавируса в увеличенном виде, плакаты по профилактике коронавирусной инфекции)*

*В:* Все жители нашего города, да и не только города, но и всего мира очень сильно заболели. Началась эпидемия и люди заражаются друг от друга. Вирус - это невидимый злодей, враг честных и простых людей.

*Что же такое****коронавирус****?* Коронавирусы это семейство вирусов, которые обычно поражают верхние или нижние дыхательные пути.

*Как передается****коронавирус****?* Как и другие респираторные вирусы, коронавирус распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязненной поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязненными руками рта, носа или глаз.

*Что же делать, чтобы не заболеть?*

***-часто и тщательно мойте руки;***

***-избегайте контактов с кашляющими людьми;***

***-придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность);***

***-пейте больше жидкости;***

***-регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь;***

***-реже бывайте в людных местах;***

***-используйте маску, когда находитесь в транспорте или в людных местах;***

***-избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах;***

***-не трогайте лицо, глаза, нос немытыми руками.***

Запомнили?

Ну а теперь приступим к работе и нарисуем знак «Стоп Коронавирус!»

Разомнем наши пальчики.

***Упражнение для пальчиков***

Вот помощники мои, их как хочешь поверни:

Вращаем кисти рук.

И вот эдак, и вот так, не обидятся никак.

Потираем руками.

Раз, два, три, четыре, пять. (Хлопаем)

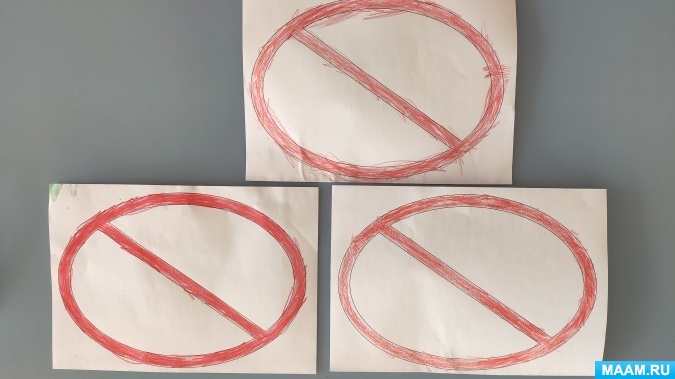
Не сидится им опять. (Встряхиваем кистями)

Постучали. (Стучим кончиками пальцев по парте)

Повертели. (Круговые вращения кистью)

И работать захотели. (Потираем руками)

Дети приступают к работе. Сначала раскрашивают трафарет Знака



Затем приступают к рисованию в технике*"Кляксография".*

Когда рисунки подсохнут, воспитатель предлагает детям нарисовать черным маркером злобные глазки и зубастый рот.



Рефлексия:

- что нового вы узнали на занятии?

- что вам понравилось?

- у кого получился самый злобный Коронавирус?

- а у кого самый добрый?

Воспитатель. Какие бы вирусы у вас не получились, ваши вирусы безопасные. Ведь они нарисованы вашими руками, а не созданы природой или учеными во вред человеку. Про ваши вирусы можно сказать «Коронавирус понарошку».

**Приложение 4**

**Сценарий мероприятия «Я здоровье берегу»**

**Интеграция образовательных областей:** физическое развитие, познавательное развитие, социально-коммуникативноеразвитие, речевое развитие.

**Цель**: Создание условий для приобщения детей к здоровому образу жизни с помощью применения здоровьесберегающих технологий и игровых приёмов.

**Задачи:**

1. Создать условия для совершенствования двигательных качеств на основездоровьесберегающих технологий.

2. Создать условия для формирования устойчивой мотивации к здоровому образу жизни, развития положительных эмоций.

3. Воспитывать товарищество, дружеские отношения, взаимовыручку.

**Методы и приемы:** Познавательная деятельность с оздоровительной направленностью, двигательные упражнения, игры, стихи, проблемные ситуации, беседа.

**Материал и оборудование:** гимнастические скамейки, маты, картинки с изображениеммикробов, предметные картинки по теме *«ЗОЖ»*, «Короновирус», 2 пульверизатора, карточки со схемами.

**Предварительная работа:** беседа о формировании здорового образа жизни; просмотр презентаций по теме; заучивание пословиц и поговорок о здоровье, проведение занятий по программе *«Будь здоров, как Макс Орлов»* *(автор программы: Аристова Юлия Владимировна, филолог, писатель)*.

**Виды детской деятельности:** игровая, коммуникативная, двигательная, проблемно-поисковая.

**Ход мероприятия**

Инструктор: Здравствуйте, дети!

- Здравствуйте, гости!

- Дети, на какое слово похоже слово *«здравствуйте»*? *(Размышления детей)*

Инструктор: *(обобщает ответы детей)* Слово *«здравствуйте»* не только вежливое слово - приветствие, но и слово пожелание. Когда мы здороваемся, мы желаем друг другуздоровья.

А здоровье ох как нам сейчас понадобится, ведь скоро зима. Холодно. В зимний период люди часто простужаются. Да еще один опаснейший вирус появился на всей планете Земля. Имя у него красивое «короновирус», да только этот вирус опаснейший из всех вирусов, которые наши простуды вызывают. Но об этом позже. А сейчас давайте и мы поздороваемся друг с другом и сделаем это в игре

*«Здравствуй»(коммуникативная игра с мячом)*.

Дети, пришла я сегодня в наш зал и удивилась. Посмотрите вокруг, что изменилось. Правильно, оборудование пропало, непонятные кругом существа по стенам ползают. Кто это, как вы думаете? (Размышления детей: микробы разносчики разных болезней, микробы – существа могущественные. Стоит им только пробраться в организм человека, они начинают там разбойничать и размножаться. Человеку становиться плохо, он заболевает – чихает, кашляет, у него поднимается температура).

Вбегает *«ВИРУС»* *(взрослый в костюме)*.

Вирус: Что, не ждали? А я вот решил к вам в гости залететь, да может, и жить останусь. Я самый главный и опасный вирус.

Хоть меня не видит глаз,

Заразить могу я вас.

И холерой, и ангиной,

Насморком и скарлатиной.

Инструктор: А почему ты решил, что ты здесь нужен, и мы тебя оставим?

Вирус: Да вот мои помощники микробы наблюдали и мне передали, что некоторые дети, не знают и нарушают правила ЗОЖ.

Инструктор: Нет, я думаю, ты ошибаешься, давай мы это проверим?

Вирус: Да куда вам справиться с моими трудными заданиями?

Инструктор: Дети расскажут и покажут, что они знают о здоровье.

Вирус: Посмотрю, если ошибаюсь, то уйду и помощников своих я заберу.

Инструктор: А за каждое выполненное задание, ты будешь возвращать наше оборудование.

Вирус: Ладно, ладно, договорились.

Инструктор: Дети вы справитесь? Тогда за работу, как вы думаете, с чего начнем?

Дети: С разминки, зарядки.

Инструктор: А для чего нужна зарядка?

1 ребенок: Это вовсе не загадка - чтобы силу развивать и весь день не уставать

2 ребенок: Зарядка всем полезна, зарядка всем нужна.

3 ребенок: От лени и болезней спасает нас она.

Инструктор: Первое задание: спортивная разминка. Слушай команду - направо, шагом марш.

* Обычная ходьба в колонне по одному;
* Ходьба по массажным дорожкам;
* Ходьба на носках руки в *«замке»* над головой;
* Ходьба выпадами, руки на поясе;
* Ходьба на пятках, руки за спиной *«полочкой»*;
* Бег обычный;
* Подскоки;
* Бег боковым галопом;
* Ходьба с восстановлением дыхания.

Дети перестраиваются в три колонны. Самостоятельно выполняют ритмическую зарядку *«Солнышко»*.

Инструктор. Молодцы, вы замечательно выполнили зарядку, кто зарядкой занимается, тотздоровья набирается, вот уже один микроб пропал, (инструктор незаметно снимает изображение одного микроба, а Вирус заносит, один предмет из физкультурного оборудования).

Вирус: Ладно, согласен, зарядкой занимаетесь, а вот что нужно делать в первую очередь, ни кто не сказал. Все, тогда остаюсь у вас.

Инструктор: Что нам помогает победить микробы?

Дети: Чистота и гигиена.

Инструктор. Правильно, от простой воды и мыла у микробов тают силы.

Вирус: Когда следует мыть руки? Ответы детей: (после улицы, после сна, после посещения туалетной комнаты, перед едой, после игры)

Инструктор. Давайте вспомним речевку, которая помогает нам соблюдать правила гигиены:

Руки мой, после игры.

И после туалета.

С улицы пришел – опять.

Не забудь про это.

И еще закон такой

Руки мой перед едой.

ЗАПОМНИТЬ НУЖНО НАВСЕГДА, ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ - ЧИСТОТА!

Инструктор. Предлагаю следующих двух микробов смыть мыльной водой, две команды: *«Мыло»* и *«Вода»*. Дети, по одному из команд змейкой добежав до картинок *(на файлах нарисованы микробы)* берут пульверизаторы и брызгают на изображения, по 2-3 нажатия, затем возвращаются в команду, передают эстафету.

Инструктор *(обращается к Вирусу.)* Ну, вот еще два микроба лишились места в нашем зале, возвращай нам оборудование.

Вирус: Рано радуетесь, следующий мой помощник приготовил для вас непростое задание. Как вы думаете, что означает эта пословица: *«Движение это жизнь»*.

Инструктор обобщает ответы детей. Кто спортом занимается, тот здоровья набирается!

Вирус: Очень я хочу посмотреть, какие вы детишки спортивные. Как вы думаете, что здесь изображено, и что вам предстоит выполнить *(показывает карточку со схемой полосы препятствий)*.

Инструктор: Обращается к Вирусу. А как же нам выполнить следующее задание, ты же забрал у нас все спортивное оборудование.

Вирус: А вот как хотите, так и выполняйте.

Инструктор: Ребята, что же нам теперь делать?

Мозговой штурм

Дети предлагают разные варианты решения проблемы. Из предложенных вариантов выбирается самый подходящий. Если дети затрудняются, инструктор, предлагает свой вариант. Он предлагает детям разделиться на две команды, одна из которых, по очереди будет выполнять роль спортивного инвентаря.

ОВД

1. “Воротца” - дети своим телом изображают воротца *(встают с опорой на ладони и на ступни)*. Выполняется подлезание под воротца по-пластунски.

2. “Бревнышки” - дети изображают бревнышки *(ложатся на живот, руки вытягивают над головой)*. Выполняется перешагивание через бревнышки.

3. “Дуги” - дети телом изображают дуги *(встают с опорой на колени и на ладони)*. Выполняется пролезание под дугами.

Вирус: Удивлен, удивлен! Не думал, что справитесь с этим заданием. Возвращаю вам еще спортивный инвентарь, инструктор убирает микроб со стены.

Вирус: Ну что, не все вы рассказали про ЗОЖ, не все исчезли микробы.

Инструктор: Дети послушайте и отгадайте.

Чтобы расти и развиваться

И при этом не болеть,

Нужно правильно. питаться

С самых с самых юных лет уметь!

Инструктор: А что значит правильно питаться? *(Ответы детей)*

Вирус: Что-то я не услышал ничего о сладостях? Неужели не едите? Почему?

Дети: Конфеты, шоколад, мороженое, особенно в больших количествах, очень вредны дляздоровья.

Инструктор: Конечно же, не стоит полностью отказываться от сладкого. Необходимо употреблять разнообразную пищу, но особенно богатую витаминами. Витамины укрепляют весь наш организм, организму легче бороться с болезнями. Нужно есть больше овощей и фруктов. Какую мы знаем пословицу о витаминах?

Дети: *(вместе)* Витамины будем кушать мы всегда и не заболеем никогда!

Инструктор: Ребята, предлагаю в эстафете закрепить знания о полезных продуктах.

Игра-эстафета *«Полезные продукты»*.

Дети делятся на две группы. По сигналу перепрыгнув через скамейку, держась с двух сторон руками, подбегают к обручу, где лежат картинки с изображением полезных и вредных продуктов, одна команда выбирают картинки с полезной едой, вторая с не полезной, бегут обратно, передают эстафету следующему.

Инструктор проверяет правильность принесенных карточек.

Инструктор: Итак, я надеюсь, вы запомнили: кто правильно питается, с болезнями не знается.

Инструктор: Чтобы узнать, что еще нужно для здоровья, нам нужно провести опыт.

Опыт: Попробуйте глубоко вдохнуть, закройте ладошками рот и нос. Почему вы так быстро убрали руки?

Инструктор: Правильно! Без дыхания, без воздуха мы долго не проживем.

Без дыханья жизни нет,

Без дыханья меркнет свет.

Дышат птицы и цветы,

Дышим он, и я, и ты.

Инструктор: А чтобы быть здоровым какой нам нужен воздух? *(Чистый, свежий)*. А где его найти? (в проветренном помещении, на улице, в лесу, в парке, где больше кислорода). Правильно, ребята, воздух, богатый кислородом, - это чистый воздух! Когда воздух свеж и чист – дышится легко, появляется бодрость, хорошее настроение.

Инструктор: Скажите, пожалуйста, зачем после интенсивных упражнений *(бег, прыжки, подвижная игра)* мы выполняем дыхательные упражнения?

Дети. Чтобы наш организм обогатился кислородом.

Инструктор: Предлагаю выполнить дыхательную гимнастику.

*«Волшебный шарик»* (дети проговаривают слова, затем *«надувают шар»* вдох через нос, выдох через рот в сомкнутые трубочкой губы)

Я надул волшебный шарик,

Укусил его комарик.

Лопнул шарик не беда,

Новый шар надую я.

Вирус:

Какие зловредные детишки

И чисто умываются,

Зарядкой занимаются,

С микробами сражаются.

А вот я сейчас вам покажу, и в игре *«Иммунитет»* всех разом заражу.

Подвижная игра *«Иммунитет»*

Водящий - *«Вирус»*. 2-3 детям раздается *«иммунитет»* в виде чеснока, лимона и лука. По сигналу, *«Вирус»* начинает догонять и *«заражать»* детей.

Те, кого *«Вирус»* *«заражает»* останавливаются, поднимают руки вверх и стоят на месте.

Те дети, у которых *«Иммунитет»*должны *«вылечить»* *«зараженных»*, отдав им овощи или фрукты. (во время подвижной игры со стены убирается последний микроб).

Инструктор: Молодцы поиграли хорошо, вы немного устали, давайте успокоимся, и выполним массаж *(игровой массаж)*:

Чтобы горло не болело, мы его погладим смело,

Чтоб не кашлять, не чихать, носик надо растирать.

Лоб мы тоже разотрём, ладошки держим козырьком,

Вилку пальчиками делай, лепим ушки смело.

Знаем, знаем, да, да, да,

Нам простуда не страшна!

Вирус: Караул! Все мои микробики исчезли. Колдовство теряю я, погибаю! Надо мне отсюда уносить скорее ноги!

Инструктор: Ну, нет, мы тебя победили, и микробов погубили, возвращай нам спортивное оборудование, и уходи.

Вирус: Не хочу я с вами знаться, позову-ка я к вам на устрашение моего вреднющего братца. Если вы его не знаете, не знаете, как его к себе не допустить, то все остальное оборудование мое.

- Эй, Короновирус, выходи. Да детишек победи.

Выходит взрослый в костюме вируса с короной на голове.

- Привет. Кто тут решил моего братца победить? Маленький он. А вы его обижаете! Давно с ним знакомы, так все его проделки знаете. Спортивное оборудование для него пожалели. Только есть у него защита – старший брат Король-вирус. Я из Китая к нему на помощь прилетел. От меня вы не спасетесь.

Инструктор: И на злых королей найдется управа. Мы были готовы к встрече с тобой. И много про тебя знаем. Здоровым и осторожным детям ты не страшен. Самое главное, чтобы ты к нам не прилип – это меры предосторожности. И мы их знаем.

Коронавирус: Докажите.

Инструктор: Предлагаю показать Коронавирусу игру «Да или Нет». Покажем, как мы умеем противостоять и ему и его братцам. Я буду задавать вопросы. А вы громко отвечайте *«да»* или *«нет»*.

Что нам нужно для здоровья?

Может молоко коровье?

Может много нам конфет?

А с друзьями эстафета?

Тренажер и тренировка?

Свекла, помидор, морковка?

Пыль и грязь у вас в квартире?

Штанга или просто гиря?

Солнце, воздух и вода?

Очень жирная еда?

Страх, уныние, тоска?

Скейтборд – классная доска?

Спорт, зарядка, упражнения?

Сон глубокий до обеда?

А на улице оденем маску?

Целовать всех будем без опаски?

Ох, как страшен карантин. Ведь я дома и один?

Подойду ко всем поближе? Ато издали я не увижу.

Если с улицы пришел, сразу руки мыть пошел?

Маску снова одевать, коль ложишься ты в кровать?

Страшен нам Коронавирус?

Уходи от нас Вредилус!

Коронавирус: Удивительно. Такие маленькие, а к защите от меня готовы. С вами неинтересно. Забирайте свое оборудование. Нам с братцем спорт ни к чему. Пойдем мы с ним других детишек испытывать.

*Уходят.*

Инструктор: Ура! Победа за нами. Давайте все крикнем *«Здоровью ура!»*

Дети: Здоровью ура»

Инструктор: Ребята, мы не только прогнали вирусы, но вспомнили и узнали много интересного и полезного. Вы были очень внимательными, активными, ловкими, правильно выполняли упражнения. Молодцы!

Рефлексия:

А сейчас поиграем в игру *«Закончи предложение»*

Инструктор: Я начинаю предложение, а вы заканчиваете.

1. Сегодня мы узнали о …

2. Я запомнил….

3. Мне было интересно….

Инструктор:

На прощанье мой наказ:

Помогают нам всегда – солнце, воздух и вода!

Крепла, чтоб мускулатура, занимайтесь физкультурой!

До свиданья, детвора! Всем привет! Физкульт-ура!

**Приложение 5**

**Беседа с детьми «Внимание! Короновирус!»**

Цель: Формировать у детей сознательное отношение к здоровому образу жизни.

Задачи: Уточнить представление о характерных симптомах **коронавирусной инфекции и его профилактике**. Развивать познавательный интерес, мыслительную активность. Воспитывать у детей потребность заботится о своём здоровье.

Материал: картинки.

Ход:

В.: Сегодня ребята мы поговорим о новой **болезни короновирус**?

Что это за **болезнь**?

Д.: это простудное **заболевание**, как грипп.

В.: Абсолютно верно сказали. Это простудное **заболевание**. Садитесь поудобней, сейчас я вам про него расскажу.

Из новостей по телевизору:

31 января в России зафиксированы первые случаи **заболевания новым коронавирусом**. Однако паника распространяется быстрее, чем он сам. На 31 января, по разным данным, зарегистрировано около 9776 инфицированных, 213 смертей. Всемирная организация здравоохранения *(ВОЗ)* по итогам экстренного совещания 30 января объявила вспышку **коронавируса** #nCoV2019 чрезвычайной ситуацией в области общественного здравоохранения, имеющей международное значение. Разбираемся, что такое **коронавирус**, каковы его симптомы и профилактика. И главное — сохраняем спокойствие.

В.: Ребята,вот вы спросите у меня: Как всё это началось?

И я вам отвечу просто:

Первые сообщения ВОЗ о вспышке новой **инфекции** появились 31 декабря 2019 года, хотя позднее стало известно, что первые **заболевшие** появились еще в начале декабря. Они были зарегистрированы в городе Ухане провинции Хубэй в Китае — это центр страны, ближе к юго-востоку. **Заболевание** протекало в форме пневмонии неизвестного происхождения. Распространение **инфекции началось с того**, что **заболели жители**, которые работали на рынке животных и морепродуктов Хуанань или же посещали его.

Уже не в первый раз в Китае при его скученности населения и частом контакте людей с животными возникают новые вирусы: вспомните птичий грипп и атипичную пневмонию.

Д.: Что такое **коронавирус**?

В.: **Коронавирусы** — это целое семейство вирусов (40 видов, которые поражают человека, кошек, птиц, собак, крупный рогатый скот, свиней и зайцев. Впервые он был выделен в 1965 году у пациента с острым ринитом. **Коронавирусы** постоянно эволюционируют.

Вирусы, подобные **коронавирусу**,встречаются у диких животных: нынешний, к примеру, распространён у летучих мышей. **Коронавирусы** могут передаваться человеку через домашних и диких животных, а в результате мутации и от человека к человеку.

Д.: Как протекает **заболевание**?

В.: **Заболевание протекает так**:

Вирус поражает слизистую дыхательных путей, органы зрения, желудочно-кишечный тракт и нервную систему.

**Заболевание**, как и любая вирусная **инфекция**, начинается

• с сильного насморка,

• кашля,

• температуры.

• Чувство усталости

• Затруднённое дыхание

В дальнейшем развивается бронхит, пневмония, возможны септический шок и острый респираторный дистресс-синдром.

Д.: Как передаётся **коронавирус**?

В.: Как и другие респираторные вирусы, **коронавирус** распространяется через капли, которые образуются, когда инфицированный человек кашляет или чихает. Кроме того, он может распространяться, когда кто-то касается любой загрязнённой поверхности, например дверной ручки. Люди заражаются, когда они касаются загрязнёнными руками рта, носа или глаз.

Изначально, вспышка произошла от животных, предположительно, источником стал рынок морепродуктов в Ухани, где шла активная торговля не только рыбой, но и такими животными, как сурки, змеи и летучие мыши.

Экспресс-тестов на выявление **коронавируса пока не разработано**.

В Китае тесты проводят в лабораториях при больницах.

В России диагноз ставят в лабораториях при научных центрах, больницах и институтах.

Д.: А в нашей стране есть люди **заболевшие этой новой болезнью**?

В.: нашей стране 31 января зафиксированы первые случаи **заболевания коронавирусом**. Анна Попова, глава Роспотребнадзора, заявила, что на заражение **коронавирусом было проверено более 1**,3 млн человек — это те, кто прибывал в Россию сухопутными и авиационными рейсами.

Роспотребнадзор предпринял обычные меры безопасности — усиленный контроль пропуска на госграницу «прибывающих из неблагополучных регионов лиц с использованием стационарного и переносного тепловизионного оборудования», а также выпустил рекомендацию воздержаться от посещения КНР.

Д.: А как диагностировать и лечить этот опасный вирус?

В.: Чтобы определить, вирусное у вас или бактериальное **заболевание**, врачи предлагают сдать анализ крови.

Основные известные вирусы гриппа можно диагностировать тестами на тип гриппа.

Тестов на **коронавирус пока нет**.

Определить, что у вас именно новый **коронавирус** методом экспресс-диагностики, какие существуют для гриппа, станет возможным в Государственном научном центре вирусологии и биотехнологии *«Вектор»*: там работают над диагностическим набором для нового **коронавируса**.

Вакцины от нового **коронавируса** в настоящий момент нет, но они разрабатываются и пройдут первые исследования в июне.

Сейчас для лечения **коронавируса** используют антиретровирусные препараты, которые применяют при профилактике ВИЧ. В России их достать непросто, тем **более их продают***(если найдете)* только по рецепту врача. Так что лечат симптоматику.

Дети: Что же делать?

В.:Не паниковать:

• Мойте руки с мылом в теплой воде по 20 секунд.

• Мыть любые овощи и фрукты

• Не контактировать с болящими людьми *(кашляющими, чихающими, сморкающимися)*

• Пользоваться стерильными масками, которые надо менять каждые два часа

• Не контактируйте с дикими и домашними животными,

• не посещайте рынки

• не употребляйте в пищу сырое мясо и молоко.

В.: А так же будьте особенно осторожны, когда

• находитесь в людных местах, аэропортах и других системах общественного транспорта.

• Максимально сократите прикосновения к находящимся в таких местах поверхностям и предметам, и не касайтесь лица.

• Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете, и обязательно утилизируйте их после использования.

• Не ешьте еду *(орешки, чипсы, печенье и другие снеки)* из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.

• Избегайте приветственных рукопожатий и поцелуев в щеку, пока эпидемиологическая ситуация не стабилизируется.

• Регулярно очищайте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера, панели оргтехники общего использования, экран смартфона, пульты, дверные ручки и поручни).

Д.: Как правильно носить медицинскую маску?

В.:

1. Аккуратно закройте нос и рот маской и закрепите её, чтобы уменьшить зазор между лицом и маской.

2. Не прикасайтесь к маске во время использования. После прикосновения к использованной маске, например, чтобы снять её, вымойте руки.

3. После того, как маска станет влажной или загрязнённой, наденьте новую чистую и сухую маску.

4. Не используйте повторно одноразовые маски. Их следует выбрасывать после каждого использования и утилизировать сразу после снятия.

Дети: Можно ли вылечить новый **коронавирус**?

В.: Да, разумеется. Однако не существует специфического противовирусного препарата от нового **коронавируса - так же**, как нет специфического лечения от большинства других респираторных вирусов, вызывающих простудные **заболевания**.

Вирусную пневмонию, основное и самое опасное осложнение **коронавирусной инфекции**, нельзя лечить антибиотиками. В случае развития пневмонии - лечение направлено на поддержание функции лёгких.

Д. ; В чем разница между **коронавирусом и вирусом гриппа**?

В.: **Коронавирус** и вирус гриппа могут иметь сходные симптомы, но генетически они абсолютно разные.

Вирусы гриппа размножаются очень быстро - симптомы проявляются через два-три дня после заражения, а **коронавирусу** требуется для этого до 14 дней.

Итог: оценка детей. О чём разговаривали? Причины и профилактика **коронавируса**.

**Приложение 6**

**СКАЗКА «ВИРУС – КОРОНАВИРУС»**

Жили – были дед да баба. Ели кашу с молоком, пили чай с крендельком.

Вдруг, откуда не возьмись, вирус страшный появился. Катится по белу свету, песенку поёт:

Я вирус – Коронавирус.

В Китае побывал,

В Италии побывал.

В Америке я был,

Африку я обошёл

И в Россию я пришёл.

Пустите к себе жить.

Дед с бабой жили, не тужили. Руки с мылом они мыли, чай с малиной и лимоном пили, а когда пришёл Коронавирус, маски и перчатки носили. Заглянул в окошко Коронавирус, видит, нет ему тут места, и покатился дальше.

Катится Коронавирус, катится. Докатился до лесной тропинки, а навстречу ему заяц.

Остановился Коронавирус и говорит:

– Погладь меня, а я тебе песенку спою, – и запел:

Я вирус – Коронавирус.

В Китае побывал,

В Италии побывал.

В Америке я был,

Африку я обошёл

И в Россию я пришёл.

Пусти, заяц, меня к себе жить.

А заяц отвечает:

– Я в маске хожу, перчатки ношу, витамины ем, чистым воздухом дышу, катись ты от меня.

Покатился Коронавирус дальше. Катится, а навстречу ему медведь. Остановился Коронавирус и запел:

Я вирус – Коронавирус.

В Китае побывал,

В Италии побывал.

В Америке я был,

Африку я обошёл

И в Россию я пришёл.

Пусти, медведь, меня к себе жить.

А медведь отвечает:

– Я новости сорокины слушаю, в маске хожу, лапы с мылом мою, малину люблю. Нам с тобой не по пути. Катись ты, вирус, от меня.

Делать нечего, покатился Коронавирус дальше. Катится вирус по лесной дорожке, а навстречу ему волк. Увидел волк вирус и спрашивает:

– Ты кто?

– Я вирус – Коронавирус, хочешь спою? – и запел:

Я вирус – Коронавирус.

В Китае побывал,

В Италии побывал,

В Америке я был,

Африку я обошёл

И в Россию я пришёл.

Пусти, волк, меня к себе жить. Будем мы с тобой дружить.

А волк отвечает:

– Слышал я про тебя, вирусы мне не друзья. Я спортом занимаюсь, зимой и летом закаляюсь. Катись ты, вирус, от меня.

Делать нечего, покатился Коронавирус дальше. Катится вирус по лесной дорожке, песенки поёт, кто маски не носит, руки не моет – всех заражает. Повстречалась вирусу лиса.

Спрашивает лиса:

– Ты кто такой, в короне золотой?

Вирус запел свою песенку:

Я вирус – Коронавирус.

В Китае побывал,

В Италии побывал,

В Америке я был,

Африку я обошёл

И в Россию я пришёл.

Пусти, лиса, меня к себе жить. Будем мы с тобой дружить.

Лиса была непослушной, лесные сорокины новости не слушала, лапы с мылом не мыла, перчатки и маску не носила, витамины не любила.

– Славно, вирус, ты поёшь. Сядь мне на носок да пропой ещё разок, а я послушаю, – сказала лиса.

 Сел Коронавирус лисе на нос и запел:

– Я вирус – Коронавирус…

Тут лиса проглотила Коронавирус и пошла по лесу гулять. Идёт лиса по лесной тропинке, песенки поёт.

Вдруг поднялась у лисы высокая температура, горло заболело, кашель сильный наступил, силы стали пропадать, дышать тяжело. Заплакала лиса и стала на помощь звать. Услышали звери, как лиса плачет. Позвали доктора Айболита на помощь.

Айболит из Африки на помощь в лес спешит, не ест, не спит. Прилетел Айболит день и ночь у норки лисы сидит. Микстуры, таблетки лисе он даёт, а лиса Айболита слушает, микстуру пьёт, витамины кушает.

Вылечил Айболит лису. Теперь она лапки моет, перчатки и маску носит. Со спортом дружит, витамины любит.

– Не ходите, звери, без масок, перчаток вы гулять. Там вирус – Коронавирус в лес пришёл, лису заразил и дальше пошёл, – сказал Айболит.

Послушались звери доктора Айболита стали маски, перчатки носить, от дома не стали далеко уходить.

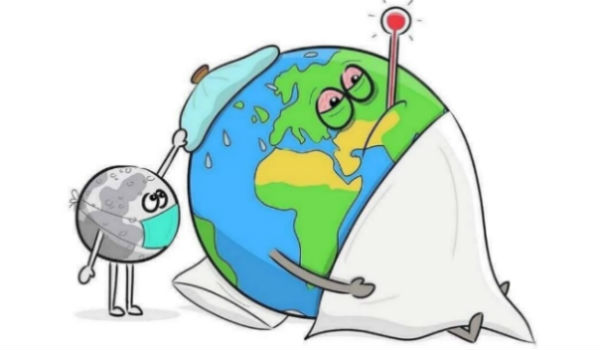
Витамины кушали, советы доктора Айболита слушали. И победили они вирус – Коронавирус, ушёл он из леса навсегда.

Вот и истории конец, а кто внимательно слушал – молодец.

### Терапевтическая сказка о том, как победить коронавирус

На одной разноцветной планете жили-были пушистые Зайки. Планета была прекрасна. По голубому небу плыли белые облака, сверху всем светило золотистое солнышко, на земле росла густая зеленая травка, с высоких гор сбегали вниз чистые, прозрачные реки, которые собирались в огромные синие моря.

Не жизнь, а сказка! Живи и радуйся!

Так бы и жили Зайки в радости и счастье, если бы однажды среди них не появились очень странные, жадные и хитрые Зайки, которым мир казался скучным без ссор и драк. Стали эти странные Зайки творить свое черное дело. Они ссорили соседей друг с другом, обманывали, отнимали чужое добро и делали разные гадости.

Прекрасная, разноцветная планета, видя все это, опечалилась. Куда-то вдруг начали исчезать краски. Небо становилось серым, солнце появлялось все реже, реки выходили из берегов, а моря бушевали. Но странные Зайки не унимались и такой подняли шум, что разбудили злобный Вирус, который спал в глубокой пещере.

Он давно ждал своего часа. Ой, как обрадовался Вирус, увидев ссорящихся Заек! Как ему стало весело! Он надел свою корону и объявил себя главным с этого дня на земле.

«Моя это земля и царствую здесь я!» — прокричал Коронавирус.

«Всем приказываю играть со мной в салочки. До кого я дотронусь, тот заболел! Ха-Ха-Ха. Раз, два, три, беги!»

Испугались зайки, побежали прятаться в домиках:

«Я в домике!», «И я в домике»- говорили они Вирусу. Сидят Зайки дома, двери закрыты, на улицу не ходят, бояться. Кто из дома вышел, тот пропал.

Думают зайки: «Что же делать, как избавиться от Коронавируса?»

Тем временем Коронавирус набирал свою силу, ведь он питался страхами Заек. Совсем Зайки загрустили, потеряли покой и сон, а если и засыпали, то сны их были тревожными. Чувствовали себя плохо все, даже странные Зайки. С надеждой смотрели они на серое небо в свои маленькие окна и ждали какого-то чуда.

Однажды на рассвете проснулись Зайки от звуков прекрасной переливающейся трели. Распахнули они окна и увидели удивительную птичку высоко в небе. Птичка пела о любви и о том, как прекрасна хрупкая планета. Эти звуки попадали прямо в сердце каждого Зайки, они окрыляли душу и пробуждали сознание ото сна. Чувство благодарности к маленькой птичке переполнило души Заек и в одно мгновение страх отступил.

Зайки вышли из дома: «Земля наш общий дом, мы любим свою планету!»- закричали они.

Такого поворота событий Коронавирус не ожидал! Столько любви и света, исходившего от Заек, он вынести не смог, исчез. Больше его никто никогда не видел, наверно опять прячется где-то в глубокой, темной пещере.

Зайки теперь не ссорятся, зачем, ведь на земле всем хватит места. Они, конечно, счастливы, потому что для счастья нужно просто понимать друг друга, любить друг друга и жить друг для друга.

Да, именно так, жить ради других, не ради себя!

Когда Зайки это поняли, планета снова ожила. По голубому небу, как и прежде, плыли белые облака, сверху всем светило золотистое солнышко, на земле росла густая зеленая травка, с высоких гор сбегали вниз чистые, прозрачные реки, которые собирались в огромные синие моря.

Не жизнь, а сказка! Живи и радуйся!

### Лео и коронавирус

Лео уже три недели сидел дома. Его родители продолжали ходить на работу, а он весь день был один. Поначалу ему очень нравилось! Не нужно было рано просыпаться, учить уроки, выслушивать лекции от учителей о том, что он бегает в коридоре. Не нужно было носить тяжелый рюкзак и скучную форму. Но с каждый днем Лео было все скучнее. Он сидел в четырех стенах, не видел друзей и даже его бабушка не могла прийти к нему домой, чтобы приготовить свои невероятно вкусные пирожки с капустой. Тогда Лео решил положить конец карантину. Для этого он решил повстречаться со злобным вирусом и договориться с ним по-братски о том, чтобы тот покинул планету Земля.

Лео знал, что такой длительный карантин у него из-за какого-то нового и опасного вируса. Но также мальчик знал, что с каждым можно договориться. Нужно лишь применить искусство переговоров. Он дождался, когда родители уйдут на работу и достал из шкафа шляпу для фокусов, волшебную палочку и инструкцию по магии.

— Вот заклинание для вызова домовика, вот заклинание для вызова джина, а это для солнечного зайчика. Где же заклинание для появления коронавируса. – Лео листал инструкции и не мог найти никакого заклинания для вызова вируса. Тогда мальчик понял. – Ведь вирус совсем молодой, а инструкция старая! Тут нет заклинания для коронавируса! Придётся придумать его самому.

Лео вооружился вдохновением и начал сочинять. Он долго придумывал стих и наконец-то придумал!

— О великий коронавирус!  
Выходи, если ты не трус.  
Поговорить с тобой я хочу  
На свой вопрос ответ я получу.

Мальчик закрыл шторы, взял муку и волшебную палочку, надел волшебный колпак и выложил круг из носков в средине свой комнаты. Он повторил свое заклинание:

— О великий коронавирус!  
Выходи, если ты не трус.  
Поговорить с тобой я хочу  
На свой вопрос ответ я получу.

Насыпал в круг из носков муки, потрусил волшебной палочкой и сказал:  
— УУУУУУ!

В этот момент в средине круга появился маленький Короновирусик. Лео быстро надел на себя маску.  
— О, уважаемый Коронавирусик! Не подходите ко мне! Я хочу с тобой серьёзно поговорить!  
— Я не могу к тебе подойти. У меня нет ног. Но и оставаться долго здесь я не могу.  
— Почему же?  
— Потому что я не могу жить вне живого организма. Я могу жить только в чьем-то теле. Твое бы мне хорошо подошло.  
— Нет, уважаемый Короновирусик! Мое бы тебе плохо подошло, мне 11 лет! Поэтому мой иммунитет тебя бы уничтожил.  
— А бабушка или дедушка у тебя есть?  
— Есть бабушка. Но мы оберегаем ее и не ходим к ней. Поэтому ты бы не смог из меня перепрыгнуть в нее.  
— Моя многоходовчка не прошла бы с тобой. Какой ты умный.  
— Спасибо. Ты тоже очень умный. Скажи пожалуйста, а не мог бы ты и все твои друзья и родственники перестать жить в человеке? Ну и вообще так активно делиться?  
— Ты вроде умный мальчик, а спрашиваешь такие глупости. Если мы перестанем делиться и размножаться, мы умрем. Кто же хочет умереть?  
— Ты прав. Но если вы будете слишком много делиться и размножаться, тогда умрут все люди и живые организмы. И выходит так, что у вас больше не будет места для жизни.  
— Логично! – сказал вирус. – Что же делать?  
— Нужно найти компромисс. Чтобы сказка про коронавирус осталась в истории. Понимаешь, человечество прогрессирует очень быстро. Мы уже изобрели машины и ракеты.  
— Ваши машины загрязняют окружающую среду. Говорят, что планета помогла нам размножаться, чтобы остановить вас, ведь вы слишком загрязняете нашу любимую Землю! А мы вас останавливаем.  
— А если я пообещаю тебе, что буду ездить только на велосипеде и папу попрошу купить электронную машину? Ты уйдешь?  
— Это ты не со мной договаривайся, а с планетой. Моя миссия – выжить.  
— А еще я могу пообещать тебе, что не буду пользоваться пластиковыми пакетами и мусорить.  
— Вижу, ты хороший мальчик. Только носки у тебя вонючие. Когда же я уже смогу выйти из этого замкнутого круга вонючих носков.  
— Подожди немного! Я хочу тебе еще кое-что пообещать! Я люблю мою планету. И еще я хочу помогать Илону Маску строить ракеты, чтобы мы смогли улететь с Земли. А если мы в космосе найдем планету для вирусов? И вы сможете там жить? А мы тут? И все будут любить друг друга.  
— Это хорошая идея.  
— Ты сможешь рассказать про это тому, кто тебя сотворил?  
— Я попробую. Эх, мальчик. Кажется, пришел мой час. Я исчезаю.  
— Спасибо тебе, Коронавирусик! Я был рад с тобой пообщаться! На самом деле ты не такой уж и страшный.  
— Я сильный потому, что мы все действуем сплотившись. Если вы, люди, хотите нас победить, вы должны также объединиться.

Сказав это, Коронавирус пропал. Лео надеялся, что вирус передаст его обещания планете и планета простит человечество. Но осталось договориться с другой стороной – с человечеством! Поэтому Лео пошел в интернет и начал писать многим людям просьбу любить нашу планету и не загрязнять ее. Ведь мы тут – всего лишь гости, совсем не хозяева. А еще Лео постирал свои носки.

**Приложение 7**

Занятие-эксперимент «**Способы переноса микробов**».

**Цель:** Познакомить детей со способами миграции микробов и грязи.

**Задачи:**

* Образовательные – актуализировать знания детей о том, что такое микробы и грязь, дать возможность применить на практике полученные знания.
* Развивающие – продолжать развивать мелкую моторику рук и воображение.
* Воспитательные – продолжать формировать культурно-гигиенические навыки.

**Предварительная работа:**подготовить материалы.

**Оборудование:** сыпучий блеск (нарезанный дождик для украшения елки или просто блёстки),  пластмассовые игрушки, емкости с водой.

**Ход организованной образовательной деятельности:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Организационный момент, начало занятия включающие:**  Предложить детям назвать известные им пути загрязнения рук | | |
| **Деятельность детей** | **Деятельность педагога** | **Примечание** |
| -Грязь, ручки дверей в подъезде, общественный транспорт, грязные игрушки, песок.  -Да. | -Можем ли мы увидеть эту грязь и микробы? |  |
| **2. Основная часть занятия** | | |
| **Деятельность детей** | **Деятельность педагога** | **Примечание** |
| Дети проявляют интерес и исследовательскую активность. Задают вопросы: Что это такое лежит на столах, что с этим делать?  Выполняют.  - Руки тоже стали грязные.  -Грязь и микробы могут попасть на еду и можно отравиться.  -Нужно пойти к раковине и помыть руки с мылом. | -Не всегда мы можем увидеть **микробы**, иногда нам кажется, что ручки чистые, а на самом деле на них много микробов. Увидеть их мы можем только с помощью микроскопа.  -Посмотрите дети на эту емкость с блестками, представим себе, что это среда обитания микробов, как вы думаете, что произойдет, если мы там "искупаем" свои ручки?  -Как изменились ваши ручки после того как вы потрогали грязные игрушки?  -Что произойдет если с такими грязными руками пойти за стол?  -Как этого можно избежать? | Просим одного ребенка намочить руки в воде и опустить в емкость с блеском *(условно грязь)*. Затем взять несколько пластмассовых игрушек, в результате на игрушках остается блеск *(грязь)*. Предлагаем детей с чистыми руками взять эти игрушки и потом посмотреть на свои руки. |
| **3. Заключительная часть занятия** | | |
| **Деятельность детей** | **Деятельность  педагога** | **Примечание** |
| Идут мыть руки. | -Совершенно верно, теперь помоем ручки и пойдем обедать. |  |

**Приложение 8**

**Памятки для родителей**

**Рекомендации 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.

**О значении гигиенических процедур в период пандемии коронавируса**

Роспотребнадзор напоминает о значимости личной гигиены в период пандемии COVID-19.

Мытьё рук с мылом, простая и известная всем с раннего детства процедура, является важным элементом профилактики коронавирусной инфекции и действительно помогает сохранить здоровье.

Важно помнить, что нет никакой необходимости мыть руки именно «антибактериальным» мылом. Для того чтобы смыть вирус достаточно мыть руки обычным мылом, то есть тем, которое уже есть у вас дома.

Согласно исследованиям НИИ ДезинфектологииРоспотребнадзора, понятия «стандартного» антибактериального мыла не существует. В такие мыла вносят антимикробные добавки, но они могут быть разные и в разном количестве. Некоторые производители могут использовать мыло с такой пометкой и просто без добавок в качестве удачного маркетингового хода. Критериев эффективности такого мыла нет, если не идёт речь о дезинфицирующем средстве - кожном антисептике.

Так называемое «антибактериальное» мыло вирусы может не уничтожить, так как вирусы не бактерии и устойчивость у них другая. Но такое мыло, как и любое другое, может их просто смыть. В связи с этим специалисты Роспотребнадзора рекомендуют пользоваться любым мылом, это обеспечит примерно одинаковый эффект.  
Установлено, что частое мытье рук родителей с мылом способствует снижению смертности среди детей раннего возраста от острых респираторных инфекций на 20% и от острых кишечных инфекций на 50%. Грязные руки являются фактором передачи целого спектра инфекционных и паразитарных заболеваний, в том числе дизентерии, гепатита А, брюшного тифа, норо- и ротавирусных инфекций, глистных инвазий. Передача осуществляется как напрямую, так и опосредованно через контаминированные поверхности, мягкие игрушки и средства обихода.

Согласно официальным формам отраслевого статистического наблюдения Роспотребнадзора в среднем за год посредством контактно-бытового пути передачи, основным элементом, которого являются грязные руки, реализуется более 300 вспышек инфекционных заболеваний, при этом более 85% пострадавших в этих вспышках являются детьми.

Мытье рук является ключевым компонентом в снижении риска целого ряда инфекций, включая острые кишечные инфекции, грипп и другие респираторные инфекции, в том числе новый коронавирус.

В связи с этим очень важно знать, как правильно мыть руки. Правильная методика мытья рук предполагает использование мыла и теплой проточной воды, которые растирают руками в течение не менее 30 секунд. Следуйте этим простым правилам:

· Снимите украшения, закатайте рукава

· Смочите руки в теплой воде перед нанесением мыла

· Тщательно намыльте руки и в течение не менее 30 секунд соблюдайте технику мытья рук

· Обильно ополосните теплой водой руки, чтобы удалить мыло

· Просушите руки полотенцем

Сушка рук имеет важное значение - руки высушивают, промокая их салфеткой однократного использования или сухим полотенцем. Убедитесь, что ваши руки полностью высохли.

Когда вы находитесь в общественном туалете, используйте бумажное полотенце, чтобы открыть и закрыть дверь в туалетную комнату и нажать на кнопку сливного бачка.

Когда мыть руки?

До:

· Приготовления еды

· Приема пищи

· Надевания контактных линз и нанесения макияжа

· Прикосновения к области инфекции кожи, ранам и другим поврежденным кожным покровам

· Проведения манипуляций медицинского характера

После:

· Приготовления еды

· Обработки загрязненного белья

· Ухода за больными

· Уборки и работы по дому и в саду

· Кашля, чихания или рвоты

· Контакта с домашними и любыми другими животными

· Работы, учебы, пребывания на открытом воздухе и в общественных помещениях

· Занятий спортом

· Прикосновения к области инфекции кожи и кожных ран

· Посещения туалета

· Контакта с деньгами

· Работы за компьютером и другой оргтехникой

· Поездки в общественном транспорте

Мойте руки и будьте здоровы!

**Рекомендации как говорить с детьми о коронавирусе**

Сейчас даже взрослому легко почувствовать себя потрясенным от всего того, что вы слышали о коронавирусной болезни 2019 года (COVID-19). Если ваши дети тоже испытывают беспокойство, это тоже объяснимо. Детям бывает трудно понять, что они видят в Интернете или по телевизору - или слышат от других людей, - поэтому они могут быть особенно уязвимы к ощущениям тревоги, стресса и расстройства. Но открытый, поддерживающий разговор с вашими детьми может помочь им понять, справиться и даже принести пользу другим.

1. Задавайте открытые вопросы и слушайте

Пригласите вашего ребенка обсудить эту тему. Узнайте, как много они уже знают, и прислушайтесь к их ответу. Если они слишком маленькие и не слышали о вспышке, вам, возможно, не нужно поднимать эту тему - просто воспользуйтесь возможностью напомнить им о правилах гигиены, не внушая новых опасений.

Убедитесь, что вы находитесь в безопасной обстановке, и позвольте ребенку свободно говорить. Рисование, истории и другие методы, возможно, помогут вашему ребенку открыться для разговора.

Самое главное, не преуменьшайте или избегайте их проблем. Примите их чувства и дайте им понять, что естественно бояться этих вещей. Покажите, что вы слушаете, уделяя им все свое внимание, и убедитесь, что они понимают, что могут поговорить с вами и учителями в любое время.

2. Будьте честны: объясните правду доступным для ребенка языком

Дети имеют право на правдивую информацию о том, что происходит в мире, но и взрослые обязаны защищать их от страданий. Говорите на языке, соответствующем возрасту ребенка, следите за их реакцией и будьте чувствительны к их беспокойству.

Если вы не можете ответить на их вопросы, не придумывайте. Используйте это как возможность вместе найти ответы. Веб-сайты международных организаций, таких как ЮНИСЕФ и Всемирная организация здравоохранения, являются отличными источниками информации. Объясните, что некоторая информация в Интернете не является достоверной, и что лучше всего доверять экспертам.

3. Покажите им, как защитить себя и своих друзей

Один из лучших способов защитить детей от коронавируса и других заболеваний - это просто поощрять регулярное мытье рук. Это не должен быть запугивающий разговор. Мойте руки в танце, чтобы весело изучить правила мытья рук.

Вы также можете показать детям, как прикрывать локтем кашель или чихание, объяснить, что лучше не подходить слишком близко к людям, у которых есть эти симптомы, и попросить их рассказать вам, есть ли у них жар, кашель или затрудненное дыхание.

4. Подбодрите их

Когда мы видим много тревожных кадров по телевизору или в Интернете, иногда мы чувствуем, что кризис окружает нас повсюду. Дети могут не различать изображения на экране и свою личную реальность, и они могут полагать, что им грозит опасность. Вы можете помочь своим детям справиться со стрессом, предоставляя им возможность играть и отдыхать, когда это возможно. Следуйте привычному расписанию и распорядку, насколько это возможно, особенно перед сном, или помогите создать новый распорядок дня в новой среде.

Если в вашем районе есть вспышка болезни, напомните своим детям, что они вряд ли заразятся этой болезнью, что большинство людей, у которых есть коронавирус, не болеют очень сильно, и что многие взрослые прилагают все усилия, чтобы обеспечить безопасность вашей семьи.

Если ваш ребенок плохо себя чувствует, объясните, что он должен оставаться дома/в больнице, потому что это безопаснее для него и его друзей. Заверьте их, что вы знаете, что иногда это трудно (может быть, страшно или даже скучно), но соблюдение правил поможет обеспечить безопасность всех.

5. Проверьте, испытывают ли они на себе стигму или распространяют ее

Вспышка коронавируса привела к многочисленным случаям расовой дискриминации во всем мире, поэтому важно убедиться, что ваши дети не испытывают и не способствуют издевательствам.

Объясните, что коронавирус не имеет никакого отношения к тому, как кто-то выглядит, откуда он или на каком языке говорит. Если в школе их обзывали или издевались, они могут рассказать взрослому, которому они доверяют.

Напомните своим детям, что каждый заслуживает безопасности в школе. Запугивание всегда неправильно, и каждый из нас должен внести свой вклад, чтобы проявлять доброту и поддерживать друг друга.

6. Ищите помощников

Для детей важно знать, что люди помогают друг другу, проявляя доброту и щедрость.

Поделитесь историями о работниках здравоохранения, ученых и молодежи, среди прочих, которые работают над тем, чтобы остановить вспышку и обеспечить безопасность сообщества. Большим утешением может быть знание того, что сострадательные люди принимают меры.

7. Позаботьтесь о себе

Вы сможете помочь своим детям лучше, если вы также позаботитесь о себе. Дети сами догадаются, как вы реагируете на новости, так что им поможет тот факт, что вы спокойны и контролируете ситуацию.

Если вы чувствуете беспокойство или расстроены, найдите время для себя и обратитесь к другим членам семьи, друзьям и доверенным людям в вашем сообществе. Найдите время для того, чтобы расслабиться и восстановить силы.

8. Завершите разговор, демонстрируя заботу

Важно знать, что мы не оставляем детей в страдании. Когда ваш разговор закончится, попробуйте понять уровень их беспокойства, наблюдая за языком тела, обращая внимание на то, используют ли они свой обычный тон голоса и наблюдая за их дыханием.

Напомните своим детям, что у них могут быть другие трудные разговоры с вами в любое время. Напомните им, что вы заботитесь о них, что вы слушаете их, и что вы готовы прийти на помощь, если они обеспокоены чем-то».

**Рекомендации как защитить детей от коронавируса в период снятия ограничений**

В настоящее время идет постепенное снижение количества вновь заболевших, тем не менее цифры остаются достаточно высокие, поэтому необходимо соблюдать меры, предотвращающие заражение, в том числе и для детей. В жаркую и теплую погоду невозможно обойтись без прогулок. Выходить на улицу детям необходимо, но при этом нужно объяснить, какие правила они должны соблюдать.

1. По возможности сохранять социальную дистанцию, желательно не менее 2 метров. Если ребенок не может ее соблюдать, то нужно постараться обеспечить прогулку там, где нет такого тесного общения.

2. Важно объяснить детям, что ни в коем случае нельзя дотрагиваться до лица, брать пальцы в рот, трогать нос, тереть глаза, потому что все это дополнительные факторы распространения инфекции.

3. Приучайте детей с самого раннего возраста к соблюдению правил личной гигиены. Воспитывайте любовь к чистоте личным примером. Чаще мойте руки с мылом, покажите детям, как это правильно делать. Всегда мойте руки после прогулок с ребенком, игр, перед едой и после посещения туалета. Объясните детям, что грязные руки могут стать источником инфекции или болезни.

4. Дети контактируют с окружающим миром не только руками, но и другими открытыми участками кожи. Их тоже необходимо своевременно продезинфицировать после тренажеров, катания на горках и т.д., а по возвращении домой рекомендуется не просто вымыть лицо и руки с мылом, но и принять душ.

Согласно санитарным и эпидемиологическим требованиям дезинфекция детских площадок проводится регулярно, в отсутствии детей.

Конечно, играть на таких обработанных дезинфицирующими средствами площадках безопаснее, тем не менее, уровень безопасности зависит от количества детей, которые находятся там одновременно.

Как правильно гулять, когда риски сохраняются

Необходимо соблюдать социальную дистанцию, по возможности, носить маски и перчатки, особенно там, где гуляет много людей. При длительной прогулке необходимо периодически обрабатывать руки дезинфицирующими средствами, особенно, после того, как посидели на лавочке, попользовались тренажерами, дети покатались с горки.

Стоит ли брать детей с собой в магазин или общественные места

Идти с ребенком в магазин или другие общественные места – это создавать ситуацию дополнительного риска инфицирования. Детей лучше оставить дома, в крайнем случае, под присмотром на детской площадке.

Нужно ли детям носить маску

Надеть на маленького ребенка маску непросто, поэтому для детей в возрасте до 7 лет основная рекомендация – это сохранение социальной дистанции.

Дети старшего возраста, подростки маски должны носить обязательно.

При этом мы понимаем, что при активных движениях, занятиях спортом, особенно в жаркую погоду, маска быстро увлажняется. В такой маске тяжело дышать, и она как защищающее средство перестает работать.

Поэтому всем детям независимо от возраста необходимо подальше держаться от тех, кто является возможным носителем инфекции, соблюдать дистанцию и применять дезинфицирующие средства, если дотронулись до каких-либо поверхностей.

Болеют ли дети коронавирусом

Дети тоже болеют коронавирусной инфекцией, хотя, в целом, по статистике, заболевших среди них меньше. Дети гораздо легче переносят коронавирусную инфекцию, среди них много бессимптомного носительства и стертых форм заболевания. Поэтому у многих детей коронавирусная инфекция не диагностируется, несмотря на то, что возбудитель присутствует. Такие дети оказываются источником инфекции гораздо чаще, чем взрослые, которые болеют с ярко выраженной симптоматикой.

**Рекомендации по дезинфекции жилых помещений в период пандемии коронавируса**

Чистота – залог здоровья: как правильно проводить дезинфекцию у себя дома во время пандемии коронавируса

1. Дверные ручки

Вымойте с мылом или обработайте антисептиком на основе спирта не менее 70% или хлорсодержащим раствором). Мыть нужно те ручки, к которым вы прикасаетесь, когда приходите домой, до того, как вы вымыли руки с мылом. После обработки дверных ручек обязательное вымойте руки с мылом.

2. Выключатели

Протрите салфеткой с антисептиком. Если в доме все здоровы, часто протирать выключатели нет необходимости. Если в доме есть больной человек, протирать нужно после каждого использования.

3. Ручки шкафов

Вымойте их с мылом или протрите салфеткой с антисептиком во время уборки дома.

4. Спинки стульев, не обитые тканью и мягким пористым материалом

Вымойте с мылом или протрите салфеткой с антисептиком во время уборки дома.

5. Письменный стол

Вымойте с мылом или протрите салфеткой с антисептиком во время уборки дома.

6. Журнальные столики и прочие жесткие поверхности (открытые полки с книгами, крышки комодов, тумбочек)

Вымойте с мылом или протрите салфеткой с антисептиком во время уборки дома.

7. Кухонные столешницы

Вымойте с применением средств бытовой химии или протрите салфеткой с антисептиком на основе спирта. Если в доме все здоровы, достаточно это делать один раз в день. Если в доме есть больной человек, после каждого использования и приема пищи.

8. Бытовая техника

Протрите панели управления салфетками с антисептиком на основе спирта во время уборки дома.

9. Смесители

Вымойте с применением средств бытовой химии, которые необходимо тщательно смыть горячей водой. Если в доме все здоровы, достаточно это делать один раз в день или через день. Если в доме есть больной человек, после каждого использования.

10. Раковины

Вымойте с применением средств бытовой химии, которые необходимо тщательно смыть горячей водой. Если в доме все здоровы, достаточно это делать один раз в день или через день. Если в доме есть больной человек, после каждого использования.

11. Туалетные принадлежности (зубные щетки, расчески и пр.)

Дополнительно обработайте салфетками с антисептиком на основе спирта, если в доме есть больной человек.

12. Туалет (унитаз, ванна, душевая кабина, биде)

Вымойте туалет в последнюю очередь, используйте дезинфицирующие средства на основе хлора.

ВАЖНО: Влажную уборку в доме или квартире необходимо проводить, если все здоровы, два-три раза в неделю с применением средств бытовой химии. Если в доме есть больной человек, влажную уборку нужно делать ежедневно и использовать дезинфицирующие средства на основе хлора.

**Приложение 9**

** **

**Приложение 10**

**Круглый стол «Как говорить с детьми о короновирусе»**

Воспитатель: Здравствуйте, уважаемые родители. Сегодня я рекомендую Вам сесть подальше друг от друга. Мы будем говорить о Коронавирусе. А он, как Вы знаете, очень любит большие и тесные компании. Мы взрослые уже понимаем опасность этой инфекции. А как же донести эту информацию детям. Вот об этом я и хочу с Вами поговорить.

Желательно, чтобы информацию о коронавирусерассказывали детям авторитетные взрослые. При разговоре с **детьми о** коронавиусе важно помнить два аспекта:

1. Мы должны адаптироваться к возрасту ребёнка и его зрелости. Возраст ребёнка может дать нам представление о его способности понимать определенные концепции, но нельзя забывать, что зрелость каждого человека является отдельным аспектом.
2. Все, что мы будем говорить детям о коронавирусе и карантине, должно быть правдой. Поэтому, если мы не знаем всех данных или у нас нет всех ответов, лучше быть честными и признать, что нам не всё известно.

Основная цель беседы - уменьшить чувство тревоги и успокоить ребёнка.

Если мы не знаем, как начать разговор о карантине с ребёнком, сначала лучше спросить у него, что он уже знает, прежде чем обращаться к теме напрямую.

В современном мире, где информация распространяется очень быстро, девочки и мальчики получают много сведений обо всём. Не все новости о коронавирусе COVID19 правдивы или одинаково достоверны, поэтому, необходимо узнать, что уже известно детям и учить их находить надёжные источники информации.

Важно обсудить ситуацию с коронавирусом COVID-19 с девочками и мальчиками, чтобы они не боялись ложной информации, а также чтобы они научились разрабатывать стратегии, которые могли бы работать для них в других ситуациях.

Например, мытье рук с мылом и водой помогаетпредотвратить заражение не только COVID-19, но также защищает от гриппа и других заболеваний.

В продолжение, послушайте несколько рекомендаций о том, как говорить с детьми о карантине и коронавирусе.

Мы должны: рассказать детям информацию, противопоставляя то, что уже известно о коронавирусе

Коронавирус вызывает респираторные инфекции у людей, вызывая у большинства, в основном, лёгкие симптомы. Несмотря на это, многие люди погибли.

Вирус был обнаружен в Китае, в районе Ухань в декабре 2019 года. Теперь коронавирус распространился и на другие континенты, включая Европу, Россию.

Многие медицинские работники работают над тем, чтобы лучше изучить вирус и, таким образом, снизить риски. Хотя вакцины до сих пор нет, они ищут возможные лекарства.

Определяем, что такое изоляция/карантин

Изоляция и карантин — это методы, которые используются для сдерживания или минимизации распространения инфекционных заболеваний путём уменьшения их передачи. Они особенно важны в современном мире, где общение между людьми происходит так быстро и просто. В средствах массовой информации эти термины используются взаимозаменяемо, но технически они не являются синонимами. С одной стороны,карантин — это ограничение передвижения тех, кто потенциально подвергся воздействию вируса, чтобы определить, являются ли они больными. С другой стороны, **изоляция** – это отделение заражённых людей от здоровых.

После уточнения того, что ребёнок или подросток знает о терминах «изоляция» и «карантин», мы можем сосредоточиться на определении обоих понятий как: предупредительная мера, которая позволяет избежать заболевания и предотвращает заражение других.

Нужно объяснить, где будет находиться ребёнок, с кем он останется и сколько дней специалисты здравоохранения рекомендовали находиться на карантине, чтобы ситуация улучшилась.

Во время беседы дети могут нервничать или испытывать страх, и мы должны перенаправить в другое русло неконтролируемые реакции, которые у них могут возникнуть.

Мы должны дать детям рекомендации о том, что они должны и могут сделать в данной ситуации

Согласно исследованиям, карантин может оказывать негативное влияние на психологическое здоровье людей, например вызывать беспокойство и раздражительность. Мы должны поддерживать активность во время изоляции, чтобы бороться с этими возможными симптомами.

Что касается детей, то главная задача, которую мы должны решить, - это создать ежедневную рутину, обеспечивающую безопасность и стабильность в новой и неопределенной ситуации. Этот распорядок будет включать в себя разнообразное питание в течение дня,личную гигиену, время для игр и отдыха, время для учебы и для разговора с остальными членами семьи или друзьями. Чтобы дети тоже участвовали, можно вместе составить это расписание или календарь, используя рисунки, которые помогут детям лучше понять то, что будет происходить в ближайшие дни во время карантина.

Дети должны понимать, что это не каникулы, но мы также не должны допустить, чтобы ими завладели страх или паника. Для этого мы составим расписание и установим время, предназначенное для размышлений о том, что происходит, что они думают и что их беспокоит.

Когда дети смогут вернуться в школу, главной задачей учителей различных центров будет объяснение того, что дети, прошедшие карантин, больше не заразят других.

Как отвечать на вопросы детей о коронавирусе и карантине

Вот несколько примеров того, как реагировать на возможные вопросы, которые могут возникнуть у детей во время карантина или изоляции

**Что со мной будет? Как я узнаю, есть ли у меня коронавирус?**

Помнишь тот грипп, который ты подхватил прошлом году и которым тоже болела мама?Симптомы коронавируса похожи. У тебя может подняться температура, ты можешь почувствовать усталость и начать кашлять, у тебя может болеть горло или голова. То же самое происходит и со взрослыми.

Важно, чтобы, если тебе плохо, ты мне об этом сказал, чтобы мы могли тебе помочь.

Пожилые люди имеют более серьёзные симптомы и должны быть очень осторожны, потому что у них могут быть и другие проблемы со здоровьем, которые ухудшают течение болезни.

На данный момент вакцины нет, но многие учёные работают над тем, чтобы вирус не был такой большой проблемой, и мы учимся лечить его.

**Я сделал что-то плохое? Я наказан?**

Ты не сделал ничего плохого, и карантин - не наказание. Вирусы - не твоя вина или чья-то еще. Мы сидим дома, чтобы не заболеть самим и никого не заразить. Мы должны быть ответственными и добрыми, а это означает, что мы не должны передавать вирус другим людям.

В эти дни ты видел людей по телевидению или на улице в маске. Маска служит для предотвращения заражения других коронавирусом.

Помни, что у нас пока нет вакцины против коронавируса, но учёные много работают, чтобы её создать.

**Сколько дней мне придётся быть дома? Когда я пойду гулять?**

Важно выздороветь (если больной человек помещён на карантин) или убедиться, что люди не заразны и что распространение вируса замедлилось, прежде чем мы сможем покинуть дом. Это будет как минимум две недели, мы можем повесить календарь и писать каждый день, что мы будем делать.

  Где бы ты хотел повесить календарь? Мы изучим, сколько дней в неделе и какой сейчас месяц. Ты увидишь, что достигать ежедневных целей очень весело. Важно разграничить учебное время и время для отдыха и игр.

**Кто позаботится обо мне? Где остальные члены семьи?**

Мы все продолжаем заботиться о тебе, но в эти дни дома ты будешь оставаться с ... (с тем, с кем ребёнок будет на карантине).

Если хочешь, мы можем поговорить с родными по Skype или WhatsApp, или написать им электронное письмо.

Кроме того, ты должен (должна) знать, что много врачей и учёных заботятся о нас и ищут лекарства и вакцину от вируса.

**Когда я смогу увидеть своих друзей?**

Ты не сможешь их увидеть, пока нам не разрешат выходить из дома, но ты можешь позвонить им по телефону или сделать видеозвонок и поделиться с ними своими переживаниями.

**Вирус очень плохой? Вирус опасен?**

Коронавирус опасен, если находиться в контакте с больным человеком, но в большинстве случаев симптомы слабо выражены, особенно у детей.

Важно заботиться о себе, чтобы быть здоровым, и не только сейчас, всегда. Ты должен мыть руки с мылом и водой после туалета или общественного транспорта. Если ты почувствовал себя плохо, ты должен рассказать об этом взрослому и всегда следовать советам врача.

Чувство беспокойства или страха - это нормально, но ты должен знать, что мы, взрослые, несём ответственность за улучшение этой ситуации, ты должен  спрашивать обо всём, если тебя что-то тревожит.

**А вдруг кто-то из моих знакомых умрёт?**

Врачи и медицинские работники прилагают немало усилий и часов, чтобы люди не умирали от этого вируса. Их много, и они работают очень хорошо. Несмотря на это, иногда люди очень сильно болеют, потому что они очень стары или потому что у них есть другие болезни, и тогда они могут умереть.

Когда кто-то умирает, нам становится грустно, и детям, и взрослым, и мы пытаемся вместе научиться преодолевать грусть.

Краткое руководство для взрослых в карантине / изоляции

1. **Оставайтесь активными, установите распорядок.** Рутина поможет нам бороться со скукой и негативными мыслями. В неопределённых или нестабильных ситуациях рутина даёт нам ощущение  безопасности.
2. **Поддержание социальных контактов является важной деятельностью.**Возможность разговаривать с нашими друзьями и семьёй имеет важное значение в нашей повседневной жизни. Благодаря современным технологиям, мы можем поддерживать эти контакты, не выходя из дома.
3. **Контролируйте тревожные мысли.** Беспокойство — это нормально и хорошо, но лучше, если мы будем тратить несколько минут каждый день на размышления и не накручивать себя целый день. Таким образом, мы сможем отделить моменты отдыха и моменты тревоги.
4. **Несколько обновлений новостей в день достаточно.** СМИ постоянно дают новую информацию. Это может усилить чувство тревоги и беспокойства, поэтому лучше проверять их только один раз в день из одного и того же надёжного источника. Не вся информация, которая доходит до нас, является правдивой, поэтому мы должны найти безопасные сайты и новостные порталы.

Воспитатель: Мне очень хотелось бы, чтобы Вы обязательно воспользовались этими советами. Ведь успокоить детей = наща обязанность.