**Що робити з дітьми під час карантину: ресурси і поради**

[**Карантин під час коронавірусу**](https://life.pravda.com.ua/health/2020/03/18/240273/) – це не просто сидіння вдома.

Дуже важливо розуміти, як саме організовувати простір і час дітей вдома.

### ****Зоопарки онлайн****

Ваші діти можуть провести час у компанії панд, жирафів, коал та інших цікавезних тварин.

**[The San Diego Zoo](https://kids.sandiegozoo.org/videos" \t "_blank)** – тут дитина може порозглядати мавп, коал, слонів, панд, тигрів, пінгвінів та інших тварин.

**[Georgia Aquarium’s beluga whales](https://www.georgiaaquarium.org/webcam/ocean-voyager/" \t "_blank)** – тут кити, пінгвіни, медузи та інші створіння.

Особливо варто подивитися на медуз дорослим. Заспокоює.

**[Houston Zoo](https://www.houstonzoo.org/explore/webcams/" \t "_blank)** – можна спостерігати за горилами, жирафами, слонами, носорогами і навіть мурахами.

**[Atlanta Zoo Panda Cam](https://zooatlanta.org/panda-cam/" \t "_blank)** – тут тільки панди, але їх цілком достатньо.

**[Monterey Aquarium](https://www.montereybayaquarium.org/animals/live-cams" \t "_blank)** – на стримах ви побачите риб, пінгвінів, черепах, медуз та інших тварин.

**[Kitten Rescue Sanctuary’s Kitten Cam](https://explore.org/livecams/kitten-rescue/kitten-rescue-cam" \t "_blank)** – це стрим із кімнати з врятованими котиками. Там просто "мі-мі-мі".

Якщо ваші діти вже дуже люблять тваринок, то можна поспостерігати за стримами американських зоопарків.

Наприклад, зоопарк міста Цинциннаті, штат Огайо, кожен день у Facebook влаштовує "Домашнє сафарі".

### ****Пізнавальне****

**Відео TED, які можна дивитися разом з дітьми.**

Ось **[добірка виступів](https://www.ted.com/playlists/86/talks_to_watch_with_kids" \t "_blank)**, які, на думку, організаторів конференції, точно підійдуть до перегляду з дітьми.

А ще у них є **[Youtube-канал TED-Ed](https://www.youtube.com/channel/UCsooa4yRKGN_zEE8iknghZA" \t "_blank)** з короткими анімаційними пізнавальними відео.

Наприклад, з цього ролика ви дізнаєтесь про питання, на які ніхто на цій планеті не може дати відповідь.

### ****Подкасти для дітей****

 Можливо, ваша дитина добре сприймає інформацію на слух, а ще непогано знає англійську або хоче її підівчити?

Ось добірка цікавих подкастів англійською для дітей.

**[Story Pirates (Історія піратів)](https://podcasts.apple.com/us/podcast/story-pirates/id719585944?mt=2" \t "_blank)**

Цей подкаст просто веселий. В його епізодах багато музики і вони завжди дивують.

Родзинка цього подкасту в тому, що ідеї для кожного епізоду пишуть діти, які відправляють їх в редакцію в надії побачити свої історії, втілені в життя групою професійних акторів, оповідачів і коміків.

**[Hero Hotel (Герой готелю)](https://pinna.fm/library/kids-shows/pinna-podcasts/hero-hotel" \t "_blank)**

У цьому фантастичному, комедійному, пригодницькому подкасті слухачі знайомляться з чоловіком, який працює в готелі своєї бабусі для супергероїв.

Коли монстри та лиходії вриваються в готель, поки герої перебувають у відпустці і не хочуть нічого робити, цей чоловік і його кіт рятують ситуацію.

У цьому багато сміху та інших цікавинок.

**[Brains On! (Увімкни мозок!)](https://www.brainson.org/" \t "_blank)**

Це обов'язковий подкаст для тих дітей, які дуже люблять пізнавати світ.

Кожен епізод присвячений тому, як і чому все працює, звідки береться і багато іншого. Теми дуже широкі, тому ви точно зможете знайти там щось цікаве для своєї дитини.

**[Animal Safari (Сафарі за тваринами)](https://podcasts.apple.com/us/podcast/animal-sound-safari/id1434369641" \t "_blank)**

Цей подкаст допоможе дізнатися більше цікавих фактів про тварин.

Наприклад, юні слухачі почують про про найщасливішу кішку в світі та які звуки видають милі, пухнасті коали.

Також цей подкаст розповідає цікаві факти про території, на яких живуть тварини.

### ****Час без гаджетів****

 Якщо ви хочете, щоб дитина відпочила від гаджетів, а ваша нервова система не здалася через гучні крики, психологиня **Світлана Ройз** на своїй сторінці у Facebook пропонує спеціальні активності.

Вона назвала їх "Тихі ігри":

"Багатьом батькам доводиться часто говорити дітям – "не кричи, говори тихіше, рот закрий".

Нам важливо пам'ятати – багато дітей мінімум до 6 років не вміють контролювати гучність своїх звуків", – попереджає Ройз.

**Пульт управління**

На подушечках пальців дитини малюємо фломастером "кнопку гучності". Наприклад, на вказівному пальчику – червоним кольором ставимо крапку – голосніше, на безіменному – синім кольором – тихіше.

Тренуємося, пропонуємо сказати слово, наприклад, "мама", або ім'я дитини, натискаємо кілька разів на пальчик – дитина говорить слово в залежності від "кнопки" і кількості "кліків" голосніше-тихіше.

(Доводимо до найбільшої гучності, а потім, зупиняємо на потрібній).

Коли дитина знову буде говорити голосніше, посміхаючись, доторкаємося до її "кнопки", або просимо, щоб вона сама доторкнулася.

**Гра у "шпигунів", в мишок і кота**

Мишка повинна тихенько, беззвучно пробратися і щось заздалегідь продумане у нас схопити.

**Букви в рядок**

Від маленької до величезної.

І навпаки, від величезної, до маленької. Просимо дитину дивитися на літери, вимовляти звук, підвищуючи або знижуючи гучність (чим менше буква, тим тихіше звук і навпаки).

**Кожні кілька годин – 2 хвилини тиші**

Призначаємо дитину головною.

Коли задзвенить будильник, вона подає всім сигнал – "Слухаємо тишу".

**Пантоміма – гра "в крокодила"**

"Але – обов'язково – домовляємося про час, коли можна кричати", – додає Ройз.

І ще декілька ігор з дітьми, які допоможуть активно рухатися в домашніх умовах.

### ****Книги****

Також психологиня радить книги, які можна прочитати з дітьми під час карантину.

Серед них:

* "Якого кольору поцілунок", Росіо Бонілла (3 +)
* "Що б не трапилося", Дебі Гліорі (3 +)
* "Знаєш, як я тебе люблю?", Сем Макбратні (2,5 +)
* "Моя Ба", Таня Стус (3+)
* "Хто живе у мами в серці", Світлана Ройз (3+)
* "Моя Любов", Астрід Деборд (3+)
* "Чи скучила за мною твоя борода?", К. Т. Хао (6 +)
* "Макс та супергерої", Росіо Бонілла (3+)
* "Поцілунок в долоньці", Одрі Пенн. (3+)

та інші.

### ****Навчання****

**Якщо ви хочете, щоб дитина трохи повчилася, то для цього є багато онлайн-платформ.**

Тут є **[доступ на місяць](http://edugames.rozumniki.ua/subscribe/?fbclid=IwAR27y4oQJ88X1QB1OXOVKUI9KSC-9_A7I3hp6CJsypfYS8LtomVE-9u5MTU" \t "_blank)** до всіх завдань за шкільною програмою 1-4 класів з української мови та математики.

Це дозволить усім учням початкової школи навчатися дистанційно.

Якщо ж ваша дитина готується до ЗНО, список усіх безкоштовних онлайн-курсів та ресурсів у цих матеріалах:

* **[ЗНО з української мови та літератури: підготовка, онлайн ресурси, лайфхаки від експертів](https://life.pravda.com.ua/society/2020/02/18/239915/" \t "_blank)**
* **[ЗНО з історії України: аналіз, лайфхаки та поради експертів](https://life.pravda.com.ua/society/2020/03/13/240163/" \t "_blank)**
* **[ЗНО з математики: підготовка, типові помилки та поради експертів](https://life.pravda.com.ua/society/2020/02/25/239982/" \t "_blank)**

А ще під час карантину на телеканалі "Рада" **[транслюють освітні курси для підготовки до незалежного оцінювання.](https://life.pravda.com.ua/society/2020/03/17/240249/" \t "_blank)**

**Також Естонія запустила безкоштовну онлайн-освіту для інших країн.**

Країна в лідерах Європи за освітніми тестами PISA та з діджитал навчання.

У списку: додаток навчання-гри для малюків, програма вивчення математики з можливістю змагання для школярів, віртуальний кабінет і системні вебінари для вчителів. А ще є курси вивчення іноземних мов для всіх.

Всього є 11 різних платформ, які ви можете знайти за **[посиланням.](https://education-nation.99math.com/" \t "_blank)**

**Катерина Хорощак**, УП.Життя

Вас також може зацікавити:

**[Діти теж можуть важко хворіти на COVID-19 – ВООЗ](https://life.pravda.com.ua/health/2020/03/18/240273/" \t "_blank)**

**[Що робити, якщо ви запідозрили у себе коронавірус. Алгоритм дій](https://life.pravda.com.ua/health/2020/03/18/240268/" \t "_blank)**

**[У фразі "віддалена робота" головне слово "робота". 10 порад, як ефективно працювати з дому](https://life.pravda.com.ua/society/2020/03/19/240254/" \t "_blank)**

**[10 пісень, які допоможуть пережити коронавірус. ВІДЕО](https://life.pravda.com.ua/culture/2020/03/17/240244/" \t "_blank)**

**[Що треба знати про новий коронавірус: поширення, симптоми, небезпека, лікування](https://life.pravda.com.ua/health/2020/01/22/239649/" \t "_blank)**

**Ми хочемо тримати з вами зв'язок. Будемо раді бачитися і спілкуватися з вами на наших сторінках у [Facebook](https://www.facebook.com/UPZhyttya.culture/" \t "_blank) та у [Twitter](https://twitter.com/UPZhyttya" \t "_blank).**

**А якщо хочете бути в курсі лише новин та важливої інформації**