**Уважаемые родители!**

Во время наступления карантина по короновирусу, учащиеся по АООП обучающихся с УО переходят на самостоятельное обучение на дому. Просим родителей спланировать режим дня, где определить время для занятий, включающих упражнения **по самообслуживанию.**

Выполнение утреннего туалета: мытьё рук, лица, шеи, ушей, чистка зубов, причёсывание волос.

Выполнение вечернего туалета.

Чтение и слушание литературы по программе, просмотр видео по программе, соблюдая нормы САН пина.

**С 5-го класса:**

Уход за одеждой и обувью: чистка и сушка повседневной одежды, верхней одежды, обуви.

Питание: приготовление бутербродов, салата, винегрета, яичницы, варка яиц, заваривание чая, сервировка стола к завтраку.

Жилище: заполнение почтового адреса на открытках и письмах.

Транспорт: изготовление дорожных знаков, встречающихся в посёлке, (бумага , картон, пластилин)

Культура поведения: за столом, разговор со старшими, правильная осанка, во время приема пищи , ходьбы, чтении ит.д.

Рисование на свободную тему.

 У вашего ребенка появится больше свободного времени для приключений и ребяческих фантазий, а у вас – забот и тревог за их безопасность. Чтобы избежать непредвиденных ситуаций с детьми, убедительно просим вас позаботиться о безопасности ваших детей, особенно если они остаются дома без присмотра взрослых. Обсудите вместе с ребенком, чем он будет заниматься, как лучше распланировать время. Прогулки, игры на свежем воздухе — лучший отдых, которого так недостает большинству детей в учебное время, но если есть свой двор. Не отпускайте детей на улицу без сопровождения взрослых.

**Берегите своих детей! Помните: жизнь и здоровье ваших детей – в ваших руках!**