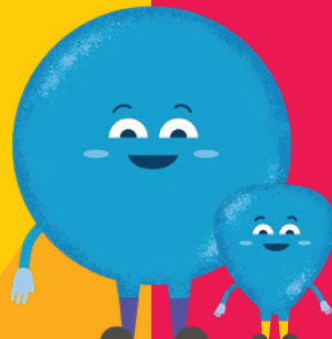


1 COVID-19 ЭЦЭГ ЭХИЙН ҮҮРЭГ Хүүхэд нэг бүрдээ цаг гарга

АЖИЛДАА ЯВЖ ЧАДАХГҮЙ БАЙНА УУ? СУРГУУЛЬ, ЦЭЦЭРЛЭГ ТҮР ХААГДСАН БАЙГАА ЮУ?
МӨНГӨ САНХҮҮДЭЭ САНАА ЗОВЖ БАЙНА УУ? БҮХ ЗҮЙЛД САНАА ЗОВЖ, СТРЕСС ДАРАМТ МЭДРЭХ НЬ ХЭВИЙН ЗҮЙЛ
СУРГУУЛЬ, ЦЭЦЭРЛЭГ ТҮР ХААГДСАН НЬ БАГА НАСНЫ БОЛОН ӨСВӨР НАСНЫ ХҮҮХДҮҮДТЭЙГЭЭ ОЙР ДОТНО
ХАРИЛЦАХ НЭГ БОЛОМЖ ШҮҮ.

Хүүхэд бүрдээ тусгайлан цаг гаргаарай.

20 минут эсвэл илүү урт хугацааг зарцуулсан ч болно. Өдөр бүр тодорхой нэг цаг товлол хүүхэд тэр цагийг хүсэн хүлээдэг болно.



Хүүхдээсээ юу хиймээр байгааг нь асуу

Сонголт өгөх нь хүүхдийг өөртөө итгэлтэй болоход тустай. Хэрэв хүүхдийнхээ хүссэн зүйлийг хамт суугаад хийх боломжгүй бол энэ тухайгаа хүүхдэдээ тайлбарла (дараагийн хуудсыг хараарай).

0-3 насны хүүхэдтэйгээ харилцахад санаа авахуйц зүйлс



- Тэдний нүүрний хөдөлгөөн болон дуу авиаг нь дуурайх
- Дуулах, аяга, халбагаар хөгжмийн хэмнэл тоглох
- Шаржигнуур тоглоом, өрдөг тоглоомоор тоглох
- Үлгэр ярьж, ном уншин, зураг зурж өгөх



Өсвөр насны хүүхэдтэйгээ цагийг хамт өнгөрүүлэх аргууд

- Тэдний дуртай зүйлсийн талаар ярилцах: спорт, хөгжим, алдартнууд, найз нөхөд гэх мэт
- Дуртай хоолыг нь хамт хийх
- Тэдний дуртай хөгжмийн аянд хамт дасгал хийх

Бага насны хүүхэдтэйгээ цагийг хамт өнгөрүүлэх аргууд

- Ном унших
- Зураг зурх
- Хөгжмийн аянд бүжиглэж, дуулах
- Гэрийн ажлаа хамтдаа хий - гэр цэвэрлэх эсвэл хоол хийх, тоглоом тоглох
- Гэрийн даалгавраа хийхэд нь туслах

Тэднийг сонс, ажигла.
Анхаарлаа бүрэн хандуул.

