

## Чем заняться с ребенком дома в условиях карантина.

Карантин и режим самоизоляции всей семьи, внес изменения в жизнь людей во всем мире. На карантине оказались очень много людей, а также и детки. Сложнее всего на карантине приходится малышам. Долго сидеть без свежего воздуха и у телевизора вредно, а читать, рисовать, лепить, может быстро надоест. Для ребёнка важна игра и движение. А в ситуации с карантином – это не очень-то и выходит.

Мы предлагаем родителям несколько идей для проведения времени в условиях карантина, которые помогут полезно и интересно провести время всей семьей.

- Попробуйте готовить вместе еду. Давайте ребенку поручения, просите его вам помочь, обязательно благодарите. Это поможет не только забавно провести время вместе, но и будет, что поесть.

- Послушайте музыку природы. Пение птиц, шум моря, шум дождя, шум леса. Музыка поднимет настроение, как ни что другое.

- Устраивайте семейные дискотеки, конкурсы.

- Организуйте домашний театр. Можно разыграть какую-то сказку со всей семьей.

- Можно устроить пикник дома. Формировать навыки позитивного общения детей и родителей.

- Создать оригами. Создавать оригами не только весело, но и полезно для развития мозга, так как здесь задействована мелкая моторика.

- Проведите виртуальную экскурсию в музей или театр.

- Заведите с ребенком «Волшебный мешочек полезных дел», складывайте туда фишки за каждое сделанное ребенком полезное дело, вечером вместе всей семьей откройте мешочек и вспомните за что ребенок получил фишку.

- Обязательно делайте вместе с ребенком утреннюю зарядку. В условиях, когда это делает вся семья, ребенок будет выполнять ее с особым удовольствием.

- Обязательно соблюдайте режим дня. Сделайте красочное панно или нарисуйте с ребенком вместе все режимные моменты вашего малыша и повесьте его в комнате ребенка. Ребенок сам будет видеть и понимать, что он должен делать.

- Обязательно регулярно проветривайте комнату ребенка. Прогулка. В условиях самоизоляции - это сложно, выход из дома ограничен. Но для детей свежий воздух необходим. По мнению медиков с детьми необходимо

гулять на улице, но выбирать уединенные места. Дышать свежим воздухом в обязательном порядке нужно, но лучше это делать в каких-то парках, скверах, соблюдая дистанцию с другими людьми. Основная опасность подхватить вирус - это находиться в толпе или взаимодействовать с другими людьми. Идеальный вариант сейчас выехать за город, на дачу, и гулять в своём дворе. По приходу с улицы дома следует обрабатывать дезинфицирующими средствами руки и лицо.

- Используйте образовательные сайты - для обучения и познавательной игры. Например, вы можете превратить мытье рук в игру. Скажите ребенку: «Вокруг вирусы, поэтому нам нужно быть осторожными. Нам нужно вымыть руки, а затем я расскажу тебе, как еще мы сможем перехитрить вирусы». Поиграйте в мыльные пузыри.

В формировании культурно-гигиенических навыков с использованием потешек, вам поможет <https://mydocx.ru/12-15420.html>

-Все очень любят слушать сказки, рассказы, стихи и после прочтения с большим интересом отвечают на вопросы: «Чему учит сказка?», «О чем сказка?» и т.д. Весь перечень сказок по возрастам вы можете найти здесь <http://skazka.tgl.net.ru/children-skaz>

-Дети очень любят учиться чему-то новому, экспериментировать и проводить опыты с новыми вещами. Несомненно, такие занятия очень полезны для детского развития в любом возрасте!

Хочу предложить вам ссылку на сайт с интересными опытами <https://daynotes.ru/iteresnie-opiti/>

- Во время карантина используйте электронные устройства с умом. Например, можно посмотреть вместе с ребенком мультфильмы познавательного характера <http://babka-praskovia.ru/mult>

-Привлекайте ребенка к работе по дому.

Детские психологи утверждают, что дети старше трех лет получают пользу от того, что помогают родителям по дому. Чем младше ребенок, тем больше ему нравится помогать родителям в разных домашних делах. Они помогают стирать, пылесосить, накрывать на стол и т. д. [https://zen.yandex.ru/media/detidoma/spisok-sootvetstvuiuscih-vozrastu-domashnih-del-i-obiazannostei-5da88f273f548700ae021455?utm\\_source=serp](https://zen.yandex.ru/media/detidoma/spisok-sootvetstvuiuscih-vozrastu-domashnih-del-i-obiazannostei-5da88f273f548700ae021455?utm_source=serp)

-Делайте с ребенком поделки.

Поделки – хороший способ развлечь ребенка и дать ему возможность проявить свои творческие способности. Многие родители утверждают, что это занятие нравится детям.

Интересные идеи вы можете найти здесь <http://semeynaya-kuchka.ru/podelki-dlya-detej-4-let-55-idej-dlya-detskogo-sada/>

- Играйте в настольные игры весело и красочно разнообразят досуг каждой семьи. Не спешите покупать игры в магазинах, а попробуйте сделать их своими руками, это поможет Вам сблизиться с детьми и создать особый стиль игры. По этой ссылке вы найдете: как сделать настольные игры своими руками <https://svoimirukamy.com/nastolnye-igry-svoimi-rukami.html>

-Сон является неотъемлемой составляющей жизни каждого человека, он очень важен как для взрослого, так и для ребенка. Однако для детей не менее важным считается дневной сон, присутствие которого существенно влияет на физическое и эмоциональное развитие. Почему так важен дневной сон для ребенка? <http://dou-sun.kup.edu54.ru/DswMedia/znacheniednevnogosna.pdf>

-Ну и наконец, кто из родителей не мечтает о том, чтобы хотя бы некоторую часть времени дети играли в самостоятельные игры, не привлекая вас к этому занятию?

40 самостоятельных занятий и игр для детей <https://dvoje-detey.ru/dosug/samostoyatelnyye-igry-ili-40-sposobov-razvlech-detey.html>

Уважаемые родители!

Убедительная просьба соблюдать режим карантина! В целях недопущения распространения коронавирусной инфекции призываем Вас ограничить пребывание в общественных местах, рекомендуем быть дома всей семьёй. Ну, а всем родителям остается пожелать терпения и спокойствия. Помните, что карантин — это временная ситуация, так что постарайтесь сохранять оптимизм

Хочется Всем пожелать в это сложное время понимания, силы, крепкого здоровья! Берегите себя и ваши семьи!