

Рекомендации для родителей «Чем занять ребенка в период самоизоляции».

В данный период вынужденная самоизоляция заставила взрослых и детей находиться в своих домах круглосуточно. Закрыты все общеобразовательные и дошкольные учреждения. Как же родителям и детям организовать досуг и совместное времяпрепровождение. Как распланировать день, чтобы дети имели возможность общаться, развлекаться, и развиваться? Ребенку дошкольного возраста, в отличие от школьника, нужно помочь организовать свою деятельность.

Уважаемые родители!

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

Во время самоизоляции врачи рекомендуют оставаться дома и избегать контактов с окружающими. Однако многие родители жалуются, что их дети очень трудно переносят такую вынужденную изоляцию. Родителям приходится постоянно придумывать, чем занять детей. Вам необходимо иметь в запасе несколько занятий, с помощью которых вы развлечете ребенка.

Прежде всего, взрослые должны организовать свой день так, чтобы как можно меньше распорядок дня ребенка дома отличался от распорядка дня в детском дошкольном учреждении. Ведь карантин закончится, и дети вернутся к привычной размеренной жизни в детском саду, а выпускникам к новому школьному режиму. И лучше, чтобы ребенку не пришлось заново к нему привыкать. Родителям нужно понимать, что изменилось только место пребывания большей части дня ребенка, а его деятельность должна и впредь быть такой, как и была (по возможности), или немного изменена.

Чем заняться вместе с ребенком во время самоизоляции?

1. Постройте домик.

Постройте вместе с ребенком домик, позвольте себе ненадолго вернуться в детство. (С помощью стульев, стола, или кресел, воспользовавшись покрывалом, одеялами и т. д.)

2. Устройте охоту за сокровищами

Эта игра довольно проста. Соберите 10-20 предметов и спрячьте их в разных местах в квартире. Следуя подсказкам или нарисованной карте, ребенок должен отыскать все сокровища. Это поможет занять ребенка на несколько часов.

3. Составьте список для чтения

Приучить ребенка к чтению легче, если сделать это в игровой форме. Составьте список рассказов, сказок, которые Вы вместе с ребенком читаете.

4. Совершите онлайн-экскурсию в зоопарк

На время карантина многие всемирно известные музеи, зоопарки, доступны в онлайн-режиме. Совершите экскурсию вместе с ребенком .

5. Займитесь кулинарией вместе с ребенком

Испеките печенье, кексы, торт – любые сладости подойдут! Во время приготовления вы можете научить ребенка измерять ингредиенты и, конечно же, готовить.

6. Устройте пикник в квартире

Постелите в гостиной покрывало, возьмите из холодильника еду и устройте пикник всей семьей. Вы можете сыграть в игру, которая развивает память. Каждый по очереди должен произнести фразу: «Я иду на пикник и беру с собой...» и добавить название какого-нибудь продукта или блюда.

7. Дрессируйте собаку

Если ваш домашний питомец еще не научился выполнять команды «Сидеть» или «Лежать», можно научить его этому во время карантина. Уделяйте этому занятию по часу в день. Ребенку определенно понравится это занятие.

8. Проводите с ребенком научные эксперименты

С помощью подручных средств, которые найдутся в любом доме, вы можете проводить с ребенком научные эксперименты: сделать лаву из соли, воды и растительного масла, вырастить кристаллы из соли, показать ребенку радугу и т. д. Этим вы приведете ребенка в полный восторг и вызовете у него интерес к науке.

9. Предложите ребенку пофантазировать, составить рассказ

Прочитайте вместе с ребенком книгу. Предложите ему придумать продолжение в форме небольшого рассказа.

10. Сделайте сенсорную коробку

Возьмите большую картонную коробку и наполните ее любым материалом, который позволит вашей фантазии. Это развивает тактильную чувствительность ребенка.

11. Не злоупотребляйте электронными устройствами

Во время карантина не давайте ребенку неограниченного доступа к электронным устройствам. Контролируйте это время.

12. Общайтесь с родственниками по Скайпу

Скайп – еще один хороший способ поддерживать связь с родными и близкими во время вынужденной изоляции. Общайтесь с родственниками, которые живут далеко, и о здоровье которых вы беспокоитесь.

13. Сделайте уборку вместе с ребенком

Уборка может показаться ребенку не таким уж веселым делом. Но, когда вся семья остается на карантине, в доме быстро появляется беспорядок. Выделите немного времени (например, 15 минут в день) на уборку.

14. Играйте с ребенком в настольные игры

Играйте в игры, которые нравятся ребенку.

15. Собирайте пазлы

Выберите пазл, который будет не слишком сложным для ребенка. В противном случае он потеряет интерес к этому занятию.

16. Играйте с ребенком в шашки

Ребенку понравится играть в шашки, разбираться в тонкостях игры, придумывать стратегию. Если же он уже достиг определенного мастерства, вы можете устроить с ним соревнование.

17. Устройте вечер рисования

Возьмите листы ватмана, краски, кисти и позвольте ребенку рисовать все, что он захочет.

18. Испеките с ребенком пиццу

Используйте для начинки все, что найдете в холодильнике.

19. Сыграйте с ребенком в классики

Игру проводим на свежем воздухе, во дворе частного дома.

20. Сыграйте с ребенком в «противоположности»

Это упражнение хорошо подходит для маленьких детей и развивает их словарный запас. Вы должны сказать слово, а ребенок – противоположное ему (например, день – ночь, длинный – короткий, и т. д.).

21. Вырезайте ножницами

Это занятие помогает ребенку развивать моторику. Научите ребенка вырезать фигуры из бумаги по контуру. Ножницы даем ребенку только при присмотре взрослого, чтобы избежать травм.

22. Сделайте с ребенком оригами

Научите ребенка делать фигурки разных животных из бумаги. Сделайте оригами вместе с ним.

23. Наблюдайте за птицами в вашем саду, участке
Наблюдайте за птицами и определяйте их виды. Найдите в интернете информацию об этих птицах.
24. Наблюдайте за птицами и домашними животными.
Привлекайте ребенка к посильному уходу за домашними животными и птицами.
25. Беседуйте о растениях, сада и огорода.
Привлекайте к посильной помощи. Рассказывайте о необходимых для растений условиях.
26. Изучайте насекомых
Найдите в интернете информацию о насекомых. Вы можете также посмотреть вместе с ним научно-популярные фильмы о жизни насекомых.
27. Ведите календарь погоды
Когда вы с ребенком остаетесь дома – это отличный повод исследовать погоду.
Предложите ребенку вести календарь погоды.
28. Составьте список дел по дому
Составьте ребенку список заданий, например, сложить свою одежду, игрушки, почистить зубы, подмести пол и т. д. Как только ребенок выполнит одно задание, он вычеркивает один пункт из списка.
29. Танцуйте
Позвольте ребенку продемонстрировать свои танцевальные умения. Танцы – хороший способ проявить физическую активность, оставаясь дома.
30. Уделяйте время дневному сну
Чтобы ребенок засыпал днем.
31. Нарисуйте автопортрет
Позвольте ребенку нарисовать автопортрет, используя карандаши или фломастеры. Если вы хотите усложнить задачу, можно использовать нестандартные материалы: конфеты, пуговицы, макароны... Подойдет все что угодно.
32. Пройдите лабиринт
Нарисуйте ребенку лабиринт на листе бумаги. Предложите ребенку найти выход из него, рисуя карандашом.
33. Не забудьте о мультфильмах
Когда ребенок остается дома, самое время пересмотреть его любимые мультфильмы. (Необходимо контролировать время нахождения ребенка у телевизора).
Надеюсь, что эта информация будет для Вас полезной.

Будьте здоровы!