



**Как пережить карантин с
ребёнком: интересные идеи и
полезные советы.**

Воспитатель Веригина А.В.

Многие родители в связи с этим испытывают сильный стресс: совмещать удалённую работу с заботой, образованием и развлечением даже одного ребёнка, не говоря уже о нескольких, очень непросто. Впадать в панику — плохая идея, лучше продумать план действий и следовать ему.

Дети, особенно маленькие, хорошо считывают эмоциональное состояние родителей и легко им заражаются. Постарайтесь не воспринимать сложившуюся ситуацию как наказание или пытку, используйте её как возможность провести время вместе. Самое главное для дошкольников — это активное участие родителя, который может обогатить любое занятие своими комментариями, рассказами и эмоциональной вовлечённостью во взаимодействие с малышом.

- Играйте в сюжетно ролевые и строительно-конструктивные игры. Дети дошкольного возраста очень любят сюжетную деятельность, где они примеряют на себя различные роли. Самый простой вариант — традиционные «Дочки матери», осовременить которые можно с помощью модных куколок и машинок. Из напольного конструктора разыгрывайте сюжеты: «Автодорога», «Ферма», «Замок принцесс» и другие.



- Придумывайте забавные четверостишия. В этом возрасте у детей проявляется особая любовь к ритму и рифмам. Для забавного рифмоплётства подходит повторение слогов. Например: «На- на -на — на дворе стоит весна. Ну -ну -ну — очень ждали мы весну. Ре -ре -ре — совьют гнёзда во дворе». Родитель может предлагать слоги, а ребёнок — сочинять к ним продолжение, потом поменяться местами. Придумывайте строчки на определённую тему или вперемешку.



- Создайте собственную книгу сказок. Пятилеток увлекает идея создания книги сказок, приключений и забавных историй. В качестве иллюстраций подойдут семейные фотографии, рисунки карандашами, гуашью или акварелью или аппликации из цветной бумаги.

Чтение объединяет!



• Изготовьте собственный домашний театр и поставьте спектакль. Пальчиковый театр можно создать из отрезанных от перчаток «пальчиков» — наверняка у вас остались одинокие рукавички после зимнего сезона. Пришейте к ним пуговички или приклейте бусинки глазки, придумайте персонажам имена и обсудите сюжетную линию. Театр теней легко изготовить, вырезав силуэты героев из картона и направив лампу на стену или простыню. Чтобы сделать кукольный театр, наденьте чёрную одежду и возьмите любимые мягкие игрушки.



- Устройте на подоконнике огород. Детей очень увлекает наблюдение за луком, фасолью или горохом, потому что они быстро дают зелёные ростки. Если место на подоконнике позволяет, оформите ёмкости из под йогурта или горшочки для рассады в виде паровозика, соорудите из конструктора забор, поставьте тряпичное чучело, как на настоящем огороде.



- Поиграйте в слова. Попросите ребёнка найти в окружающей обстановке предметы или явления, названия которых начинаются с буквы «с» (например, стол). Кто назвал первым, тот выбирает следующее условие.



- Смотрите семейные фильмы и мультики вместе. Главная ценность таких кинопросмотров — возможность получить совместный эмоциональный опыт сопереживания героям, обсудить увиденное и благодаря этому научиться чему то новому.



Советы для родителей детей любого возраста:

- Сохраняйте спокойствие;
- Уделяйте время собственным делам — работу за вас никто не сделает;
- Выделите личное время для каждого члена семьи. В этом нуждаются и дети, и взрослые;
- Привлекайте детей к помощи по дому — это поможет им почувствовать свою значимость, а вам немного освободит руки;
- Проводите время вместе. Не уткнувшись в телефон, а действительно общаясь друг с другом или занимаясь тем, что всем нравится. Это поможет укрепить отношения. Играйте в настольные игры, занимайтесь творчеством или спортом, смотрите фильмы и мультики.