

## РЕКОМЕНДАЦИИ ВОСПИТАТЕЛЯ НА ПЕРИОД САМОИЗОЛЯЦИИ

### **Чем можно заняться с ребенком дома?**

Игра – это лучшее, что можно придумать. На нашем сайте, да и на просторах сети можно найти большое количество порталов с развивающими играми он – лайн, мастер-классами и т.д. Мы намерено в этом разделе не советуем пособий, видеуроков, приложений. Но живое общение ничто не заменит. Здорово, если взрослые попробуют погрузиться в детское состояние и поиграть с ребенком. Для дошкольника это и полезно, и приятно.

Уверены, что каждый родитель, подумав минутку, придумает кучу идей. Для этого необязательно сразу бежать что-то покупать. В каждом доме, где есть ребенок, есть краски, бумага, соль, мука, фасоль, плед и диванные подушки и есть время, чтобы немножко посвятить его общению, игре, придумыванию, фантазированию.

Чем можно заняться? Всем, что связано с моторикой мелкой и крупной. Например, можно взять коробку, насыпать туда закупленную гречку, фасоль, крупы, кинетический песок и смешать. Дети отлично в это играют в любом возрасте и получают массу удовольствия от того, что просто играют с этой массой, делают поделки, строят пещерки...

Не забывайте про тесто из соли. Это надолго займет ребенка, а главное – это развивающее занятие: полепить из теста, запечь в духовке, раскрасить гуашью или какими-то другими подходящими красками. Все, что касается поделок, аппликаций, здесь вполне уместно – дайте волю фантазии и воображению, необязательно делать что-то по шаблону или какому-то видеуроку из интернета. Позвольте ребенку просто повозиться с фасолью, с тестом, с краской.

Следующее – это воображение. К сожалению, это то, на что не очень много получается обращать внимание в детском саду. Развивайте у ребенка способности действовать в воображаемой ситуации: постройте вместе домик, порисуйте из пятен, придумайте историю, сделайте коллаж из старых журналов и творческие поделки.

### **Ребенок с книгами**

Чтение – это важная сторона детской жизни и это то, что находится сейчас у дошкольников в некотором дефиците. Как правило, мы

читаем мало, в саду читают мало. И это отличная возможность для того, чтобы чуть-чуть сблизить ребенка с книгой, если у вас это не происходит дома естественным образом. Для начинающего читать ребенка очень важно видеть, как читают взрослые. Если ваш ребенок еще не читает или неусидчивый, то попробуйте просто рассматривать картинки и сочинять по ним истории. Сейчас таких книжек-картинок очень много издается, они называются виммельбухи.

Очень важно, чтобы у дошкольника были кубики. Понимаем, что кубиков дома может не оказаться, но на будущее советуем озаботиться тем, чтобы у ребенка в доступе были хорошие кубики для строительства. Конструирование – очень важная активность в дошкольном возрасте. И опять же, с кубиками можно придумать большое количество игр.

### **Как быть с физическими активностями, если площадь квартиры не позволяет устраивать марафоны?**

Для дошкольника движение – это принципиально значимое времяпрепровождение. Например, простой способ – это сделать звериную зарядку. Например, вы воображаете, что идете по зоопарку, видите зверей и повторяете их движения. Это может быть более целостный сюжет, например, вы идете в поход: маршируете, перепрыгиваете через реку, ставите палатку... Все это сопровождается крупно моторными движениями.

Подобные активности – это возможность для ребенка подвигаться, сделать крупные размашистые движения, прыжки, имитацию бега, взмахи руками. Вы можете танцевать, вы можете играть в твистер, вы можете сделать у себя в коридоре с помощью скотча классики, построить полосу препятствий из диванных подушек...

Еще одна активность, которая совмещает в себе подвижность – квест. Дети обожают искать клад по картам и по подсказкам. Можете опять же построить полосу препятствий, придумать сюжет и отправиться в поход или в пиратское плавание.

Кроме тех активностей, которые названы, можно попробовать реализовать с ребенком целостный проект. Например, не просто лепить из пластилина или соленого теста, а сделать зоопарк. Или построить город из кубиков: придумать из чего сделать дорогу и дорожные знаки, и кто в этом городе может жить.

Можно поставить настоящий спектакль: раздать роли, сделать билеты, соорудить сцену.... А можно пойти в поход: составить список вещей, собрать рюкзак, идти по карте – это может быть сопряжено с элементами квеста (крупномоторные/интеллектуальные задания). Такие проекты больше занимают детей, им это интереснее и полезнее, а главное – это привносит смысл в их действия.

По окончании карантина можно сделать фотоальбом или стенгазету «Как мы провели карантин». Потом ребенок может это принести в детский сад, чтобы всем рассказать и показать. Сама задача сделать такой альбом может увлечь ребенка.

### **Какой должен быть режим дня дома на самоизоляции?**

Режим влияет на эмоциональное и психологическое благополучие ребенка. Если он уставший, перевозбужденный, то он будет все отрицать. Старайтесь придерживаться того режима, который у вас был до карантина. Если вы ходили в садик, то старайтесь вставать утром пораньше. Понимаем, что это сделать очень трудно, особенно когда некоторые элементы режима оказываются нарушены. Например, вы не можете выйти на прогулку в привычное время, но все-таки максимальное усилие к соблюдению режима стоит приложить.

Также старайтесь, чтобы экраны у ребенка были в минимальной доступности. Регулярно работающий телевизор в фоновом режиме ребенка перевозбуждает. Конечно, можно смотреть мультфильмы, фильмы, но не больше одного часа в день. Это разрушает психику ребенка – растормаживает, ему сложнее будет сосредоточиться.

**УСПЕХОВ!**

**ВАШИ ВОСПИТАТЕЛИ!**

