

## **Рекомендации для родителей «Как организовать досуг ребенка во время самоизоляции?»**

*Информацию подготовила воспитатель: Вагабова С.М.*

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.

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. И лучше, чтобы малышу не пришлось заново к нему привыкать. Вам 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 карантина?**

#### ***Постройте замок из коробок***

Соберите все картонные коробки, которые есть в квартире, и позвольте себе ненадолго вернуться в детство. Постройте вместе с ребенком замок.

#### ***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.

#### ***Играйте с ребенком в настольные игры.***

Играйте в игры, которые нравятся ребенку.

#### ***Устройте вечер рисования.***

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

#### ***Позвольте ребенку примерять разные наряды.***

Это занятие никогда не надоест ребенку.

#### ***Создайте свою настольную игру.***

Вы можете не только играть в настольные игры, которые есть у вас дома, но и создать игру сами. Придумайте сценарий игры, расчертите на бумаге большого формата игровые поля и создайте карточки для игры.

#### ***Играйте на музыкальных инструментах.***

Если ребенок играет на музыкальных инструментах, карантин – хороший повод уделять репетициям больше времени.

#### ***Наблюдайте за птицами***

Гуляя с ребенком на балконе, наблюдайте за птицами и определяйте их виды.

#### ***Изучайте насекомых***

Найдите в интернете информацию о насекомых. Вы можете также посмотреть вместе с ним научно-популярные фильмы о жизни насекомых.

#### ***Танцуйте***

Позвольте ребенку продемонстрировать свои танцевальные умения. Танцы – хороший способ проявить физическую активность, оставаясь дома.

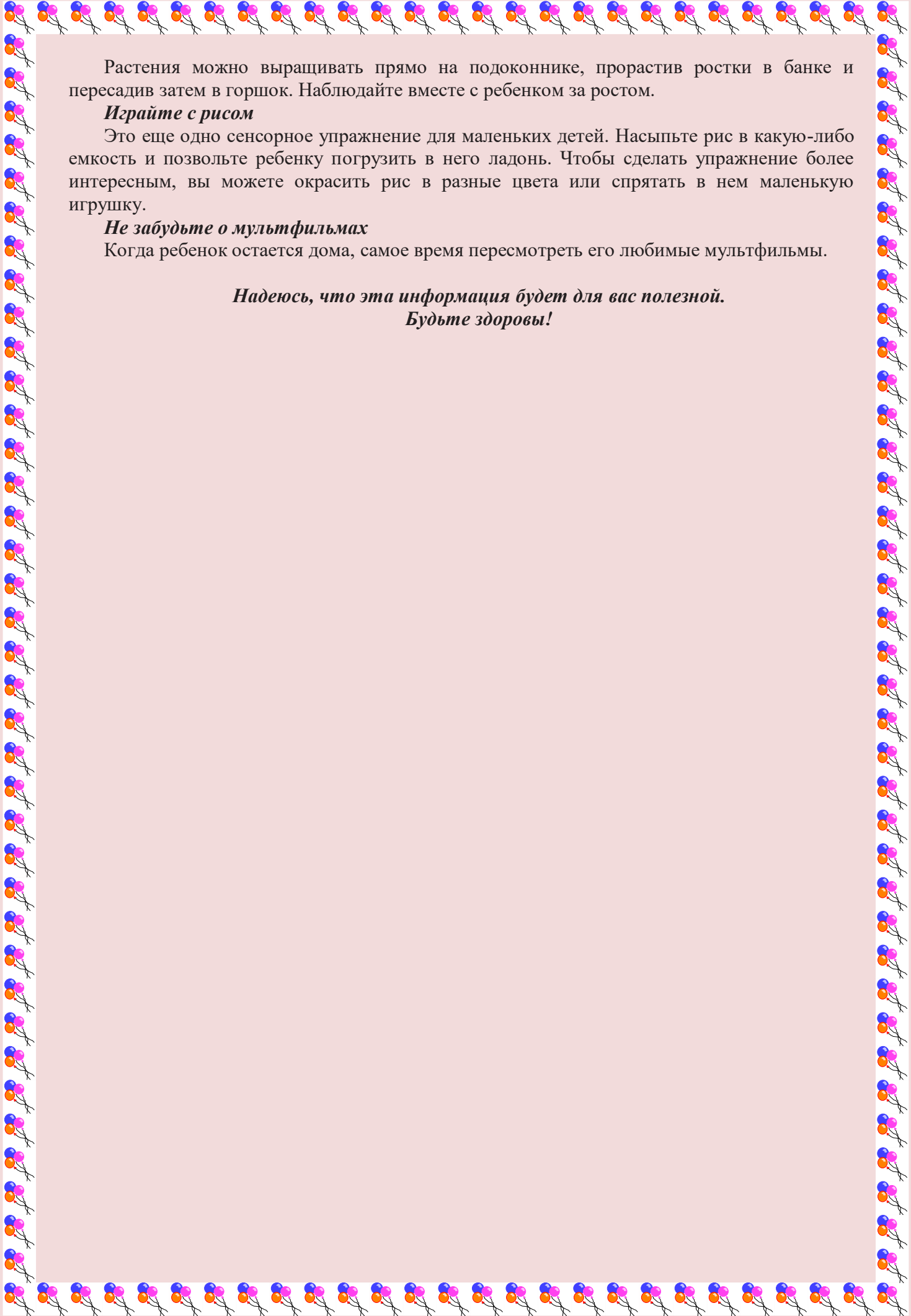
#### ***Уделяйте время дневному сну***

Чтобы ребенок засыпал днем.

#### ***Сделайте ожерелье из макарон***

Нанижите макароны на нитку, разукрасьте их и носите как украшение.

#### ***Выращивайте растения***



Растения можно выращивать прямо на подоконнике, прорастив ростки в банке и пересадив затем в горшок. Наблюдайте вместе с ребенком за ростом.

***Играйте с рисом***

Это еще одно сенсорное упражнение для маленьких детей. Насыпьте рис в какую-либо емкость и позвольте ребенку погрузить в него ладонь. Чтобы сделать упражнение более интересным, вы можете окрасить рис в разные цвета или спрятать в нем маленькую игрушку.

***Не забудьте о мультфильмах***

Когда ребенок остается дома, самое время пересмотреть его любимые мультфильмы.

***Надеюсь, что эта информация будет для вас полезной.***

***Будьте здоровы!***