

Как интересно провести время с ребенком на карантине.

Советы психолога.

Несколько советов родителям:

1. Не паникуйте. Несмотря на обилие информации от СМИ, различных ученых и врачей, соседей и людей в очереди в магазине, старайтесь не поддаваться панике. Паника — вызывает стресс не только у вас, но и у ваших детей, а от накопленных переживаний, вы можете начать срывать на своих близких.

2. Составьте распорядок дня и повесьте его на видном месте. Распишите время на себя, и время, которое вы уделите детям и проведете с ними. Можете составить даже план на неделю, чем вы будете заниматься каждый день. Составление плана тоже может быть увлекательным занятием.

3. Старайтесь каждый день предлагать разные виды деятельности домочадцам. Так никто не заскучает и не грустит!

Сегодня, когда детские сады закрыты на карантин, дети вынуждены целыми днями оставаться дома. Я постаралась подобрать для вас простые, веселые, увлекательные игры и занятия для полезного времяпровождения в уютной домашней атмосфере. К этим играм могут присоединиться все домочадцы. Вы можете дополнить, преобразовать и развить идеи, которые я вам предлагаю, ведь любое творчество само по себе интересно.

Игры подобраны на развитие ведущих каналов восприятия:

-кинестетический (способность воспринимать тактильные ощущения, движения тела)

-аудиальный(способность воспринимать звуковые сигналы)

-визуальный (способность воспринимать увиденные изображения)

Итак действуйте, играйте, творите.....

Тактильный канал восприятия

- **Игры с кинетическим песком.**

Например «Раскопки динозавров». Можно задействовать игрушки из киндер сюрпризов и разыграть целую историю

- **Подносы с крупами,** в которых можно писать, рисовать, прятать предметы. Можно использовать небольшие контейнеры с крупами для того, чтобы прятать там мелкие игрушки

- **Игры с водой**

Запускать кораблики, которые нужно заранее приготовить и перемещать их с помощью дыхания

- **Узнавать предметы на ощупь, вкус или запах.** Например в волшебном мешочке спрятано несколько предметов, ребенок закрыв глаза, на ощупь обследует предмет и называет его.

Аудиальный канал восприятия

- Закрывать глаза и различать как можно больше звуков
- С закрытыми глазами угадывать по какому предмету ударили ложкой, карандашом, линейкой и т.д.
- С закрытыми глазами определить где звучит колокольчик
- Взрослый говорит любые слова, как только он называет животное, ребенок должен хлопнуть в ладоши. При произнесении других слов –хлопать нельзя. Животных можно заменить другой категорией: овощи, фрукты, транспорт и т.д

Движение

- Твистер
- Прятки
- Битва подушками
- Битва воздушными шариками
- Танцуем настроение
- «Угадай животное». Один из вас изображает мимикой и пантомимикой какое-либо животное, другой должен угадать кто это.

На карантине самое время заняться творчеством.

•Мастерите поделки

Если обычно у вас нет времени мастерить что-то вместе, то сейчас это отличное время для совместного творчества. Творческий процесс сближает детей и родителей, помогает лучше узнать друг друга.

Лепите, рисуйте, шейте, декорируйте –делайте то, что нравится и осваивайте новые техники. Из готовых поделок можно оформить выставку в комнате ребенка.

•**Раскраски.** Это могут быть покупные тетради и альбомы для раскрашивания, либо распечатанные рисунки.

•**Лепка из пластилина, глины, соленого теста.** Детям постарше можно включать пошаговые онлайн-уроки лепки из пластилина или даже глины, если у вас есть такая дома. Для малышек можно приготовить соленое тесто, из которого также можно лепить фигурки.

•**Поделки из подручных материалов.** В ход могут идти самые разные предметы, имеющиеся в каждом доме: ватные палочки, вата, ткань, бусинки, картон, цветная бумага, макароны и крупы, все, что может подсказать вам ваша фантазия

•Самым маленьким деткам можно предложить сортировать крупы, макароны, распределять их по разным стаканчикам или формочкам для льда. Можно предложить насыпать макароны в пластиковую бутылку. Так и мелкая моторика ребенка потренируется.

- **Рисование по клеточкам.** Если вашему ребенку еще сложно рисовать самостоятельные картины, можно предложить ему такой вид деятельности как рисование по клеточкам. Это очень интересно, развивает внимание ребенка, счет, пространственное мышление и фантазию.
- **Поэтический вечер.** Этот вид деятельности развивает мышление, запас слов. Ведь поиск рифмы — не самое простое занятие для ребенка. Самым маленьким предлагайте придумывать рифмы к 1 загаданному слову. Например, кошка — ложка, тесто — место, мука — рука и т.д. Детям постарше предложите рифмовать целыми строчками. Говорите или пишите первую строчку, а вторую ребенок, потом снова вы.
- **Раскопки.** Игра все с той же крупой или макаронами для малышей. Насыпаете в коробку или миску крупу, закапываете в ней мелкие игрушки. Малыш должен отыскивать их, доставать и называть название.
- **Читайте книги**

Ничто так не развивает фантазию ребенка как чтение книги. Слова превращаются в образы, герои оживают. Чтение способствует развитию речи и увеличению словарного запаса.

Наверняка, у вас есть список книг, которые вы откладывали до лучших времен, теперь они наступили.

- **Играйте в настольные игры**

Монополия, шашки, шахматы, лото, уно, настольные игры — отличный вариант досуга для всей семьи. Даже самые простые настолки оказывают положительное влияние на ребенка,

- ***Будьте здоровы и помните, дети – отличная компания! Главное – правильный подход и позитивный настрой. И тогда ваши вынужденные выходные пройдут с пользой, весёлыми моментами, а главное – без головных болей!***