

Рекомендации для родителей «Чем заняться с детьми дома?»

Пандемия коронавируса сильно изменила жизнь людей во всем мире. Улицы городов пусты, торговые центры, театры и музеи закрыты, а работодатели переводят своих сотрудников на удаленную работу. Но сидеть дома придется не только взрослым, но и детям. Во многих странах из-за угрозы распространения инфекции закрылись школы и детские сады, и с недавних пор это коснулось и России. Это означает, что большинство семей должны будут провести продолжительное время под одной крышей, соблюдая карантин и, по возможности, рабочий и учебный режим.



В этот период у многих и начинаются проблемы. Только представьте: 24 часа в сутки мамам и папам приходится удаленно работать, одновременно заниматься домашним хозяйством и следить за детьми. К бабушкам и дедушкам уже не обратишься: при пандемии COVID-19 пожилые люди находятся в особой группе риска, а дети, хоть и переносят заболевание легче, – одни из самых частых его переносчиков.

Чем же занять ребенка во время карантина?

Главное – не паниковать. Об этом сегодня напоминают не только наши власти, но и психологи. Дети очень тонко чувствуют настроение родителей, поэтому важно, чтобы взрослые объяснили им: карантин – **это не страшно.**

Режим – прежде всего

Одна из самых важных вещей во время карантина – это режим. Нужно стараться выстраивать свой распорядок дня так, чтобы выделять время и на работу, и на занятия с детьми. «Садиковский» режим придумали не просто так: это чередование занятий, отдыха и подвижных игр, там все сбалансировано. Его можно взять за основу для реализации в домашних условиях.

Прогулки на свежем воздухе

Всем ясно, что карантин, прежде всего, подразумевает нахождение дома. Однако



и совсем без прогулок тяжело, особенно когда у вас маленькие дети, которым просто необходим свежий воздух. Гуляйте только в малолюдных местах, где вокруг вас с детьми никого нет. При хорошей погоде самое время побывать в лесу. И не просто погулять, а, не забывая учебную программу, превратить совместную прогулку в познавательный процесс. Понаблюдайте, какие птицы живут в лесу, рассмотрите следы и норки лесных зверей.

Просмотр телевизора

Нет ничего плохого в том, чтобы дать детям возможность насладиться "дополнительным отпуском" дома в компании любимого мультфильма или развлекательной программы. Сейчас их великое множество, главное – знать меру.

Чтение книг

Вспомните, как уютно и спокойно было нам в детстве, когда мы, укутавшись в одеяло, слушали, как мама читала нам сказки, и как сладко нам засыпалось под них.

Передайте эту атмосферу и своим детям.

Настольные игры

Найдите время поиграть с ребенком в его любимую настольную игру. Домино, различные тематические карточки, пазлы, мозаика. Сейчас это особенно популярно: игры можно купить в любом детском магазине, а лучше смастерить самим!

Занятия творчеством

Направьте энергию ребенка в позитивное русло и помогите ему раскрыть свой творческий потенциал. Рисование, лепка, аппликация – перед вами многообразие вариантов, главное – найти занятие по душе.



«Наибольшая ценность, которую можно дать семье — это время проведенное вместе с ними. Самое ценное в жизни — это время, которое не воротить вспять. Ведь дети растут очень быстро, все самые ценные и жизненно важные моменты происходят в детстве»