

## Консультация педагога - психолога «Как развлечь ребенка во время карантина»

Дорогие родители! Крепитесь! Не паникуйте, все будет хорошо! Однажды карантин закончится. Так почему бы не использовать его сейчас в свою пользу? Я предлагаю вам небольшой список интересных занятий с вашим ребёнком.

Сегодня, когда школы и детские сады закрыты на карантин, дети вынуждены целыми днями оставаться дома. В жизни ребенка важную роль играет взаимодействие со сверстниками – школа, игры во дворе, дни рождения друзей и т. д. Но во время карантина родители должны держать их в изоляции ради их же здоровья.

*Как же развлечь ребенка в ситуации, когда вы не можете гулять с ним на улице и разрешить ему общаться с друзьями?*

Прежде всего, вам необходимо убедить ребенка в том, что рядом с ним всегда будет человек, который позаботится о них и найдет ему интересное занятие.

1. Как говорить с детьми о коронавирусе?

По мнению психологов, говорить с ребенком о коронавирусе нужно только в том случае, если ребенок сам об этом спрашивает. В противном случае он все равно не будет вас слушать. Для маленьких детей болезнь является абстрактным понятием, а необходимость изоляции огорчает их больше.

2. Если вы вынуждены обратиться в медицинское учреждение, акцентируйте внимание ребенка на том, что взрослые здесь для того, чтобы его защитить. Скажите ребенку, что вы тоже знаете, как защитить себя.

3. Придумайте веселый способ научить ребенка правильным привычкам, чтобы дать ему чувство контроля. Например, вы можете превратить мытье рук в игру. Скажите ему: «Вокруг вирусы, поэтому нам нужно быть осторожными. Нам нужно вымыть руки, а затем я расскажу тебе, как еще мы сможем перехитрить вирусы».

4. Соблюдайте график.

Психологи утверждают, что во время карантина важно поддерживать обычный распорядок дня ребенка. У вас может возникнуть большой соблазн объявить карантин дополнительными каникулами и целый день сидеть перед экраном телевизора. Однако резкая смена графика также может вызвать у ребенка стресс.

Полезно будет писать на листе бумаги или на стикерах подробный распорядок дня и повесить его так, чтобы ребенок постоянно его видел. Важно, чтобы у него были четкие ожидания по поводу того, что будет происходить в течение дня – когда будет время для игр, чтения и отдыха.

5. Сохраняйте контакт с друзьями и близкими.

Для ребенка важно поддерживать контакт с друзьями – это снизит уровень его стресса. Также общайтесь с близкими и родственниками, которых вы не можете навестить лично, но переживаете об их здоровье.

6. Используйте Skype или другие видеочаты. Научите своих родственников пользоваться ими, если они не умеют. Общайтесь с друзьями и родственниками в мессенджерах и соцсетях.

7. Если карантин не позволяет вам гулять с ребенком на свежем воздухе, устройте для ребенка и всех домашних танцевальную вечеринку. Все, что вам нужно, найти в Интернете подходящую музыку.

8. Ребенку также понравится, если вы предложите ему вместе сделать декорации к вечеринке. Вы можете сделать баннеры или плакаты. Также вам могут пригодиться новогодние гирлянды – они создадут вам праздничную атмосферу.

9. Во время карантина используйте электронные устройства с умом.

Родители придерживаются разных мнений по поводу того, можно ли ребенку проводить время на карантине за экранами компьютеров, планшетов или телевизоров. Одни позволяют

ребенку неограниченно использовать электронные устройства, чтобы развлечь его, другие строго ограничивают использование гаджетов.

Запрещать ребенку пользоваться гаджетами не стоит, но необходимо правильно выбирать для него контент. Ему подойдут обучающие приложения и каналы на Youtube.

Развлекательные видео должны соответствовать возрасту ребенка.

#### 10. Привлекайте ребенка к работе по дому

Детские психологи утверждают, что дети старше трех лет получают пользу от того, что помогают родителям по дому. Чем младше ребенок, тем больше ему нравится помогать родителям в разных домашних делах. Они помогают стирать, пылесосить, накрывать на стол и т. д.

11. Делайте с ребенком поделки, они хороший способ развлечь ребенка и дать ему возможность проявить свои творческие способности. Многие родители утверждают, что это занятие нравится детям. Для этого можно использовать подручные материалы: скотч, картонные коробки из-под обуви, обрезки ткани и т. д. Для этих целей хорошо подходит разноцветная оберточная бумага: дети делают из нее коллажи, платья для кукол и даже стены для крепостей. Даже когда вся бумага использована, дети используют оставшиеся картонные втулки в качестве мечей, устраивая сражения.

12. Играйте в любимые игрушки ребенка, которые, как правило, есть у каждого ребенка: с ней он может играть часами.

Постройте полосы препятствий из стульев, под которыми нужно проползать, надуйте шарик и подвесьте их так, чтобы малышу приходилось подпрыгивать, чтобы по ним хлопнуть. Предложите крохе ходить как зайчик, как мишка, ползать как черепаха и прыгать как жабка. Научитесь делать «ласточку», сыграйте в прятки. Танцуйте, смотрите фильмы и мультики и обязательно обсуждайте их вместе, читайте книжки, рисуйте, лепите, создавайте театры теней и звоните друзьям по скайпу.

## Игры для родителей и детей

### Возраст 2- 3 года

#### Игры с водой и в воде:

- в тазик с водой можно положить фасоль, **мелкие игрушки**, мозаику и всё, на что хватит фантазии, выдавайте малышу ситечко, пусть вылавливает;

- малыши приходят в восторг от игр в воде с пеной: налейте в тазик с водой немного шампуня и дайте венчик, пусть взбивает;

- поиграйте с **ребёнком в большую стирку**, предложите малышу самому постирать, а затем отжать и повесить не большие вещи.

#### Игры с крупами:

- готовим обед: понадобится крупа и разнообразные ложечки, черпачки, мисочки, тарелочки и стаканчики, отлично подойдёт набор детской посуды, малыш будет пересыпать крупу пальчиками и ложкой в различные емкости – это отлично развивает мелкую моторику рук;

- «Найди в крупе»: детям можно предложить найти мелкие предметы, спрятанные в крупе.

- «Рисование на крупе». Насыпьте слой манки толщиной примерно 2-3 мм на поднос. Разровняйте. Далее можно изобразить простые фигуры, проводя пальцем: круг, треугольник, цветок, солнышко и т. д.

**Игры-шнуровки**: сейчас продаётся огромное множество готовых вариантов, но можно и пофантазировать с малышом и сделать самим.

#### Лепка:

Лепить можно из самых разных материалов: пластилина, теста, глины, снега. Одним из интересных видов работы с пластилином является пластилинография (или размазывание пластилина на плоскости, принцип которой заключается в создании пластилином лепной картинке на бумажной, картонной или иной основе.

#### Аппликация:

Что может быть лучше вырезания и наклеивания фигурок, узоров или целых картин из кусочков бумаги? Следует помнить, что развитию творческого мышления у детей любого возраста способствуют разнообразные, интересные, красочные и необычные аппликации из цветной бумаги. Воспользовавшись ножницами, клеем, цветной бумагой и добавив немного фантазии Вы сможете создать вместе со своим ребенком оригинальную и неповторимую аппликацию.

### **Рисование:**

Трудно переоценить значение рисования для развития мелкой моторики детей. Кроме всех известных способов рисования хотелось бы предложить вам и другие, менее традиционные, формы этого занятия:

Для младшего дошкольного возраста:

рисование пальчиками;

оттиск печатками из картофеля, моркови;

тычок жёсткой полусухой кистью.

### **Возраст 3-4 года.**

#### **1.сюжетно- ролевая игра)**

Дети играют в «Кукла Катя живет в доме». Макет дома разделен на три зоны :и кухня, спальня, гостиная. В каждой зоне находятся атрибуты –игрушки по назначению и не большие **куклы**. Дети распределяются роли: мама, папа, дочка.

Следует разыгрывание вымышленной ситуации: готовим обед, производим уборку в доме, уложили Катю спать.

#### **«Путешествие на дачу»**

Скоротать время в дороге можно следующим образом. Один из родителей ведет машину, другой считает, например, обгоняющие их красные автомобили, а ребенок – такие же, идущие навстречу. Можно считать машины определенной марки, определенной величины.

#### **«Найди игрушку»**

Спрячьте маленькую игрушку. Пусть ребенок поищет ее, а найдя, обязательно определит местоположение: на, за, между, в, у ... и т. п. Потом поменяйтесь ролями.

### **Возраст 5-7 лет**

#### **Опыты:**

1 опыт: прыгающее яйцо. Нам понадобится: уксус, яйцо, чашка, ложка. Положите яйцо в уксус на 2-3 дня. Вы заметите, что скорлупа полностью растворится. Яйцо стало упругим, похожим на резиновое, можете попробовать бросить его с небольшой высоты, и оно не разобьётся)

2 опыт: волшебные чернила. Нам понадобится: лимон, вода, зубочистка, тарелка, белая бумага, лампа. Смешаем лимонный сок с водой, затем макаем туда зубочистку и пишем послание на бумаге. Сначала будет ничего не видно. Нам нужно нагреть под лампой (*или в микроволновке*) лист бумаги, и мы увидим, как волшебные чернила темнеют и их становится видно.

3 опыт: съедобные молекулы. Нам понадобится: зубочистки, ягоды (*любые, на ваш вкус*). Соединяем зубочистки и ягоды, чтобы получились молекулы, потом наслаждаемся с ребёнком химической вкуснятиной).

4 опыт: цветное молоко. Нам понадобится: молоко жирное, средство для мытья посуды, пищевые красители (несколько цветов, тарелка. Налейм молоко в тарелку, затем капаем в молоко краситель (*капли должны быть рядом друг с другом*). Добавляем средство для посуды и смотрим как краски начинают двигаться. Для ребёнка это будет очень увлекательным зрелищем!

Обязательно читайте детям сказки, стихи, рассказы. Обсуждайте прочитанное.

Можно организовать с ребенком трудовую деятельность, просите ребенка вам помочь. Хвалите его за помощь!

## Игры на развитие устного счёта

### «Кто знает, пусть дальше считает»

Взрослый называет число, а ребенок должен назвать три последующих. Другие варианты: назвать три последующих числа и увеличить (уменьшить) каждое число на один.

Поменяйтесь ролями.

### «Назови соседей»

Взрослый называет число, просит ребенка назвать соседей этого числа (предыдущее и последующее) и объяснить свой ответ. Можно усложнить игру: взрослый называет два числа и предлагает ребенку сказать, какое число находится между ними. Потом играющие меняются ролями.

### «Чего не стало?»

Поставьте на стол десять игрушек в ряд. Предложите ребенку пересчитать их и запомнить расположение. Затем попросите его закрыть глаза. Уберите две любые игрушки. После чего ребенок открывает глаза и отвечает на вопросы:

Игрушек стало больше или меньше?

Какие игрушки исчезли?

Какими они были по счету?

### «Найти столько же»

Взрослый держит в руках веером карточки с цифрами так, чтобы ребенок их не видел. Предлагает ему вытащить одну из них. Ребенок выбирает одну карточку и, запомнив цифру, находит соответствующее число одинаковых (по любому признаку) предметов в комнате, затем столько же разных.

### «Положи столько же»

В игру можно играть везде. Взрослый выкладывает в ряд камешки (пуговицы, фасолинки, бусинки, каштаны и т. п.). Ребенок должен положить столько же, не считая (один под другим). Усложните игру, предложите положить больше камешков или меньше тоже в ряд.

### «Чудесный мешочек»

На столе лежит мешочек со счетным материалом (мелкие игрушки или пуговицы, фасолинки, бусинки, каштаны и т. п.) и цифры. Взрослый хлопает несколько раз в ладоши, просит ребенка отсчитать столько же игрушек, сколько тот услышит хлопков, и положить рядом соответствующую карточку с цифрой или нужным количеством кружочков. Потом можно поменяться ролями.

### «Камешки»

Играют вдвоем. Положите на землю камешки. Каждый по очереди подбрасывает один камешек вверх, стараясь его поймать, и одновременно собирает лежащие на земле камешки в другую руку. Если это удастся, то количество пойманных камешков засчитывается как выигранные очки. Кто первый наберет 20 очков, тот и выиграл.

### «Кто больше?»

Перед играющими на столе две кучки мелких пуговиц (фасолинок). По команде игроки в течение определенного времени откладывают из кучки пуговицы по одной. Потом считают, кто больше отложил. Можно усложнить игру: откладывать пуговицы левой рукой.

### «Давайте посчитаем!»

Играют вдвоем. Взрослый считает про себя. Ребенок через некоторое время говорит «стоп» и пытается угадать число, до которого, по его мнению, досчитал взрослый. Меняются ролями.

### «Отгадай число»

Взрослый загадывает число и говорит, что оно меньше 20. Ребенок, задавая вопросы со словами «больше» или «меньше», отгадывает задуманное число.

**Желаю всем удачи!**

**Все будет хорошо!**