**Чем занять детей дома во время самоизоляции / карантина**

Во время самоизоляции большая нагрузка ложится на родителей. Если школьникам нужно объяснить задание и дать им возможность сделать самим, то дошкольникам требуется больше внимания и помощи. Рассказываем, как и зачем родителю заниматься с дошкольником, пока он не ходит в детский сад. Примерные тематические недели на апрель : первая неделя «Международный день птиц», вторая неделя «День космонавтики», «Международный день театра», «Международный день книги. Писатели Прибайкалья».

**Совместная деятельность взрослого и ребенка.**

**1.Режим дня.** Составьте с ребенком распорядок его дня. Подъем, культурно-гигиенические навыки, зарядка, завтрак, игры, беседы, художественное творчество, обед, дневной сон, настольные игры, и т.д. Можете оформить красиво на большом листе, с указанием времени, отведенное на каждое занятие. Разукрасьте и повесьте в комнате ребенка. Это учит его собранности, дисциплине, умению рассчитывать свое время, самостоятельности.

**2. Влажная уборка комнаты.** К этому занятию можно привлечь даже самых маленьких деток, поручая им что-то простое. Выделите каждому члену семьи по ведерку и тазику и отправляйтесь на борьбу с грязью в своем жилище. Тщательно протрите все пыльные поверхности и пол.

**3. Мытье игрушек.** Устройте вашим игрушкам банный день. Мягкие игрушки отправьте в стиральную машину, понаблюдайте, как игрушкам весело купаться в пене. Резиновые игрушки мойте щеткой с мылом, деревянные протирайте влажными салфетками или тряпочками. Наполните ванну горячей водой и отправьте купаться всех игрушек, которым доступны водные процедуры. Это может быть по-настоящему весело.

**4.Обучающие видео.** Посмотрите вместе с ребенком обучающие видео по предложенным выше тематическим неделям. Примерный перечень видео : «Птицы разных стран», «Космос», «Домашний кукольный театр», «Домашний театр теней», «Журнал Сибирячок», «Домашнее мыловарение».

**5. Домашний спортзал.** Многие дети остались без привычной физической нагрузки, поскольку спортивные секции, бассейны, кружки закрылись. Очень важно продумать, как продолжать тренироваться. Есть различные онлайн-занятия, но вы можете предложить ребенок самому составить график занятий и план упражнений, которые он готов и умеет выполнять. Кроме того, подкиньте ему идею, что он может по видеосвязи подключать к таким занятиям кого-то из своих друзей, ведь вместе все делать намного веселее. Ежедневно проводите с ребенком утреннюю гимнастику, в крайнем случае включите музыку, которая нравится вашему ребенку, и пусть он под нее танцует.. Главное — двигаться.

**6. Научите мастерить поделки по теме «Космос».** Если вам нужно работать и нет времени мастерить что-то вместе, то найдите это время хотя бы для того, чтобы найти в интернете соответствующие видео. Длится оно обычно не очень долго. Его главная задача — заинтересовать и показать, что нужно делать. Дальше ребенок переключится на реальную жизнь: постарается найти все необходимое для изготовления поделки (в случае необходимо помогите) и затем будет на какое-то время занят.

**7**. **Домашний кукольный театр**. Для него подойдут обычные мягкие или резиновые игрушки и кресло, за спинкой которого кукольные герои будут готовиться к своему выходу. Можно сделать и более сложную конструкцию из коробки. Со шторками из ткани. Сюжеты спектаклей можете брать из классических сказок или придумывать самостоятельно. Зрителем может стать как ребенок, так и вы. Чтобы разнообразить ваш театр вы можете добавить репетиции, буфет с соком/чаем которые можно посетить в антракте, и раздающие автограф актеры.

**8.Поэтический вечер**. Этот вид деятельности развивает мышление, запас слов. Ведь поиск рифмы — не самое простое занятие для ребенка. Самым маленьким предлагайте придумывать рифмы к простому слову. Например, кошка — ложка, тесто — место, мука — рука и т.д. Детям постарше предложите рифмовать целыми строчками.

**9. Творческий проект**. Попробуйте вместе с ребенком затеять какой-нибудь долгосрочный проект – Например: смастерить игрушку (а может и кукольный театр), выпустить газету «Перелетные птицы», сделать поделку «Космос», познакомить ребенка с журналом «Сибирячок». И не забывайте все это фотографировать, а потом можно оформить альбом и снабдить фотографии интересными подписями.

В целом, период самоизоляции может оказаться очень полезным для вас и вашего ребенка – это возможность получше узнать друг друга, найти новые точки соприкосновения и выстроить новые, более эффективные отношения. И помните – вашим поведением вы показываете пример детям, а ваше спокойствие и ответственное отношение к сегодняшней ситуации делает их более уверенными и стрессоустойчивыми.







