СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА: «БАНОЧКА ИДЕЙ»

Режим самоизоляции не закончился и боевой настрой стремительно тает? Как сделать так, чтобы избежать рутины, ссор, конфликтов, недопонимания и просто плохого настроения в семье? Конечно разнообразить совместное времяпрепровождение!

В помощь родителям с детьми **советы психолога**:

Необходимо приготовить небольшую **баночку** (это может быть любая емкость, простор ваших возможностей и фантазий, которую можно украсить вместе с ребенком. Напишите на небольших бумажечках разные задания. Наполните ими **баночку**. Пусть ребёнок вытаскивает одну такую записку каждый день и выполняет написанное задание самостоятельно или вместе с Вами.

Примерный список **идей заданий**, которые могут оказаться в записках:

- Нарисовать цветы.
- Придумать маленькую сказку или рассказ.
- Рассмотреть, на что похожи облака.
- Измерить разные вещи в доме линейкой.
- Выучить скороговорку.
- Сделать бумажный самолетик.
- Посчитать в обратном порядке от 10 до 1.
- Рассказать, что бы ты сделал, если бы у тебя была волшебная палочка.
- Назвать как можно больше вещей красного цвета.
- Раскрасить картинку.
- Построить крепость из одеял и подушек.
- Вырезать из журнала картинки и сделать из них коллаж.
- Написать письмо бабушке или дедушке.
- Создать план поиска сокровищ с подсказками.
- Рассказать шутку.
- Улыбнуться за день 100 раз.
- Взять магнит и проверить, что в доме к нему прилипает.
- Вырезать бумажных кукол и костюмы для них.
- Спеть песенку.
- Обежать вокруг **дома три раза**.
- Сделать кукольный домик из картона.
- Назвать пять вещей, за которые любишь каждого члена семьи.
- Расчесать питомца.

pageborders.org

- Вырезать из картона гитару и добавить струны из резинок.
- Сделать открытку на день рождения своими руками.
- Устроить кукольный театр в коробке.
- Назвать все деревья, которые знаешь.
- Включить музыку и танцевать.
- Убраться в своей комнате.
- Украсить свои канцелярские принадлежности.
- Сделать игрушечный зоопарк из бумаги.
- Отметить важные даты в календаре.
- Сделать кубики льда из сока и кусочков фруктов.
- Начать собирать коллекцию из листьев, камней, пуговиц.
- Устроить цирковое представление.
- Посмотреть мультфильм.
- Выучить наизусть стихотворение и прочитать его родителям.
- Нарисовать необитаемый остров.
- Поиграть в настольную игру.
- Сделать собственную настольную игру.
- Сделать куклу из носка, пуговиц, лент и т. д.
- Научиться отбивать футбольный мяч.
- Сделать и наполнить кормушку для птиц.
- Пускать мыльные пузыри.
- Устроить кукле ванну с пеной.

Придумайте свои варианты (соответствующие возрасту ребенка, которыми можно дополнить список). Попробуйте пофантазировать вместе с ребенком. Совместное выполнение такого рода заданий воспитывает интерес к совместному семейному досугу, развивает у воспитанников внимание, речь, смекалку, быстроту реакции, логическое мышление, опираясь на полученные знания и умения.
Идею вполне можно использовать на семейном торжестве, праздничной вечеринке, лесном пикнике, ведь совсем скоро жизнь обязательно вернется в прежнее русло!

Будьте здоровы и сохраняйте мир и любовь!

pageborders.org