

## «Как развлечь детей на вынужденном карантине»

*Педагог-психолог Шай М.С.*

Во время карантина врачи рекомендуют оставаться дома и избегать контактов с окружающими. Однако многие родители жалуются, что их дети буквально сходят с ума из-за такой вынужденной изоляции. Родителям приходится постоянно придумывать, чем занять детей.

Если вы тоже вынуждены оставаться вместе с детьми дома, период карантина будет тянуться для вас очень долго. И вам необходимо иметь в запасе несколько занятий, с помощью которых вы развлечете ребенка.

Рассмотрим несколько идей, которые помогут вам в этом.

### **Чем заняться вместе с ребенком во время карантина**

#### 1. Постройте замок из коробок

Соберите все картонные коробки, которые есть в квартире, и позвольте себе ненадолго вернуться в детство. Постройте вместе с ребенком замок.

#### 2. Устройте охоту за сокровищами

Эта игра довольно проста. Соберите 10-20 предметов и спрячьте их в разных местах в квартире. Следуя подсказкам или нарисованной карте, ребенок должен отыскать все сокровища. Это поможет занять ребенка на несколько часов.

#### 3. Составьте список для чтения

Приучить ребенка к чтению легче, если сделать это в игровой форме. Составьте список рассказов, которые должен прочесть ребенок. Как только он справится с одним рассказом, он может вычеркнуть один пункт из списка и переходить к следующему заданию.

#### 4. Займитесь кулинарией вместе с ребенком

Испеките печенье, кексы, торт – любые сладости подойдут! Во время приготовления вы можете научить ребенка измерять ингредиенты и, конечно же, готовить.

#### 5. Проводите с ребенком научные эксперименты

С помощью подручных средств, которые найдутся в любом доме, вы можете проводить с ребенком научные эксперименты: сделать лаву из соли, воды и растительного масла, вырастить кристаллы из соли, показать ребенку радугу и т. д. Этим вы приведете ребенка в полный восторг и вызовете у него интерес к науке.

#### 6. Придерживайтесь распорядка

Возможно, ребенку и не нужно ходить в детский сад, школу, но и на карантине лучше придерживаться привычного распорядка дня. Это способствует хорошему самочувствию ребенка и позволяет ему успевать больше в течение дня.

#### 7. Напишите вместе с ребенком рассказ

Прочитайте вместе с ребенком книгу. Предложите ему написать продолжение в форме небольшого рассказа.

#### 8. Сделайте сенсорную коробку

Возьмите большую картонную коробку и наполните ее любым материалом, который позволит ваша фантазия. Это развивает тактильную чувствительность ребенка. Он будет играть с коробкой часы напролет.

#### 9. Не злоупотребляйте электронными устройствами

Во время карантина не давайте ребенку неограниченного доступа к электронным устройствам. Давайте ему планшет или смартфон только тогда, когда он выучит уроки и сделает работу по дому.

#### 10. Обустройте место для обучения

Возможно, это не лучшее развлечение для ребенка. Но это облегчит ему учебу во время карантина. Выделите место в квартире, в котором ребенок сможет заниматься: это может быть парта или письменный стол. Отдельное место для учебы поможет ребенку сосредоточиться.

#### 11. Давайте ребенку время на отдых

Ребенку важно не запускать учебу во время карантина. Но вместе с тем необходимо давать ему передышку. После того, как он выполнит несколько заданий, дайте ему время поиграть.

#### 12. Напишите письмо

Речь идет не об электронной почте, а о бумажных письмах. Напишите вместе с ребенком письмо тому, кого вы любите, например, бабушке и дедушке.

#### 13. Общайтесь с родственниками по Скайпу

Скайп – еще один хороший способ поддерживать связь с родными и близкими во время вынужденной изоляции. Общайтесь с родственниками, которые живут далеко, и о здоровье которых вы беспокоитесь.

#### 14. Сделайте уборку вместе с ребенком

Уборка может показаться ребенку не таким уж веселым делом. Но, когда вся семья остается на карантине, в доме быстро появляется беспорядок. Выделите немного времени (например, 15 минут в день) на уборку.

#### 15. Играйте с ребенком в настольные игры

Играйте в игры, которые нравятся ребенку. Если он не играет в настольные игры, карантин – подходящее время, чтобы научить его играть в «Монополию», «Лото», «Шашки» и тд.

#### 16. Собирайте паззлы

Выберите паззл, который будет не слишком сложным для ребенка. В противном случае он потеряет интерес к этому занятию.

#### 17. Сыграйте с ребенком в игру «Крокодил»

Это классическая игра, которая избавит и вас, и ребенка от скуки. Игра заключается в том, что один участник должен показать слово с помощью пантомимы, а остальные – отгадать его.

#### 18. Устройте вечер рисования

Возьмите листы ватмана, краски, кисти и позвольте ребенку рисовать все, что он захочет.

#### 19. Сыграйте с ребенком в «противоположности»

Это упражнение хорошо подходит для маленьких детей и развивает их словарный запас. Вы должны сказать слово, а ребенок – противоположное ему (например, белое – черное, кошка - собака и т. д.).

#### 20. Вырезайте ножницами

Это занятие помогает ребенку развивать моторику. Научите ребенка вырезать фигуры из бумаги по контуру.

#### 21. Устройте с ребенком книжный клуб

Чтение – важное занятие во время карантина. Но, чтобы оно было для ребенка еще более увлекательным, обсуждайте с ребенком прочитанные книги.

#### 22. Сделайте с ребенком оригами

Научите ребенка делать фигурки разных животных из бумаги. Сделайте оригами вместе с ним.

#### 23. Составьте список дел по дому

Составьте ребенку список заданий, например, сложить свою одежду, почистить зубы, помыть посуду и т. д. Как только ребенок выполнит одно задание, он вычеркивает один пункт из списка.

#### 24. Сделайте ожерелье из макарон

Нанижите макароны на нитку, разукрасьте их и носите как украшение.

#### 25. Уделяйте время дневному сну.

**В любом случае, выбор есть. И при хорошем планировании время с ребенком можно провести весело и с возможностью чему-то научиться.**

**Читайте, рисуйте, пишите, отгадывайте и развивайтесь!**

**Проведите время дома полезно и интересно!**