РОДИТЕЛЯМ ДЕТЕЙ РАННЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Не теряйте время пока вся семья вынуждена оставаться в изоляции на карантине. Используйте его максимально полезно для себя и детей. Если ребенок спрашивает почему вы не можете выйти на улицу прогуляться или сходить в гости к родным и друзьям, не скрывайте от него правды. Доступными словами объясните ребенку, что происходит в мире и какие правила необходимо выполнять в целях профилактики.

Соблюдайте режимные моменты (своевременный дневной и ночной сон), чередование нагрузки и динамических пауз. Постарайтесь максимально приблизить режим с существующему в ДОУ. Продолжайте во время карантина заниматься с ребенком, но не забывайте, что дошкольник обучается в игре. Не обязательно должно быть специально отведенное время и место для занятий, ведь есть большое разнообразие интересных игр, которые встроятся в повседневные дела и позволят взрослым параллельно решать собственные задачи.

Занимаясь домашними делами, подключайте к выполнению посильных задач ребенка. Желание ребенка участвовать в том, что делает мама естественно. Можно предложить ребенку протереть мебель от пыли, накрыть на стол, развешать вещи и прочее. Обыгрывайте ситуацию и не забывайте хвалить ребенка, тогда такое занятие будет приносить обоим удовольствие. Когда моете посуду, наберите в глубокий тазик немного воды для ребенка, помесите туда детскую посуду и предложите ребенку губкой ее помыть.

Дети раннего и дошкольного возраста любят игры с предметами, которые часто используются в быту. Это облегчает родителям задачу, так как вам не понадобиться специальных игрушек. Такие игры не только интересны, но еще и развивают ребенка и позволят вам заняться своими делами.

Игры с прищепками

Для игры понадобятся прищепки разных цветов и размеров и плоскостные картонные фигуры. Ребенок прицепляет прищепку к фигурам и создает разные образы

Игры с фольгой и пищевой пленкой

Ребенок заворачивает в фольгу или пищевую пленку разные предметы (это могут быть как различные предметы, так и овощи, фрукты и т.п.).

Затем ребенок должен, не разворачивая фольги, угадать предмет. Либо сразу предлагаются завернутые в фольгу предметы

Игра «Входит – не входит»

Для игры понадобится пластиковая бутылка, невысокая, с широким донышком для устойчивости, предметы разного размера.

Ребенок должен поместить предметы в бутылку. Игра поможет ребенку научится соотносить предметы разного размера.

Игры с крупой

Наполните большой контейнер любой крупой, дайте ребенку маленькую лопатку, ведерко и разные емкости для пересыпания крупы. Ребенок сможет там играть как в песочнице. Можно предварительно спрятать мелкие игрушки (киндер) в крупе и попросить ребенка отыскать их.

Игры с соленым тестом

Смешать муку с солью, добавить воду и замесить тесто (с вашей помощью). Тесто быстро засыхает, поэтому его нужно замешивать небольшими порциями. Теперь из него можно лепить разные фигурки, и оно абсолютно безопасно для ребенка.

Игры на сортировку

Сортировка предметов - это интересное и полезное занятие для детей. Пуговицы, камушки, ракушки, каштаны, шишки, открытки ребенок под вашим присмотром раскладывает по кучкам.

Найди парный предмет

Возьмите два бумажных пакета и положите в каждый из них по нескольку одинаковых парных предметов. Это могут быть шарики из ваты, квадратики шелковой материи, кусочки шерстяной пряжи, пуговицы разной формы, губка, разрезанная, на разной величины, мелкие части.

Не глядя, ребенок должен вынуть сначала какой-нибудь предмет из одного пакета, а затем найти такой же в другом. Понаблюдайте, сколько времени это будет занимать у него каждый раз.

Интересными для ребенка будут игры по типу квеста. Родитель прячет предмет или сладости в определенном месте квартиры и рисует ребенку схему нахождения, а ребенок ищет. Либо можно вспомнить старую, но очень интересную игру «Тепло, холодно».

Необходимо включать и **динамичные игры**. Хорошим вариантом подвижных игр дома могут стать игры на подражание. Предложите ребенку интересную зарядку, в которой он может подражать вашим действиям или изображать что-либо. Изображать можно все что угодно: игрушки (юлу, неваляшку, мяч); животных (зверей, птиц, насекомых); транспорт (велосипед, самолет, машину, поезд и так далее) и т.д. Можно либо показывать движения, а ребенок за вами повторяет, либо ребенок вытягивает карточку с изображением или написанным словом и сам придумывает как можно показать. Прекрасным вариантом подвижных игр могут стать танцы., Можно просто, включить музыку и двигаться так как хочется, а можно включить песни в которых необходимо выполнять заданные движения. Существует огромное количество физминуток в стихах, которые можно выполнять вместе с ребенком в качестве динамический пауз.

И конечно это может стать прекрасным временем для сплочения всей семьи и проведения теплых вечеров. Можно всей семьей сесть за создания семейного фотоальбома. Дети, как правило, любят слушать разные истории из жизни своих родителей, братьев и сестер. Откройте старый семейный альбом и расскажите ребенку, кто это снят на фотографиях, где и при каких обстоятельствах сделаны те или иные снимки. Можно попросить ребенка придумать названия к каждой фотографии.

И не забывайте читать книги. Можно проигрывать сюжеты, создавая персонажей из различных материалов: бумага, пластилин, платки и пр. Хорошим и увлекательным вариантом проигрывания сказки может стать теневой театр. Персонажей в таком театре можно делать с помощью рук или сделать шаблоны из бумаги.

Полезные интернет источники

Большой комплекс физминуток представлен на сайте https://pochemu4ka.ru/publ/108-1-0-1151

Песни-игры, разбитые по возрастам, подвижные игры, идеи для занятий и подборка детских книг можно найти на сайте https://jili-blog.ru/muzykalnye-pesni-igry-zheleznovoj-po-vozrastam-skachat.html

Мультфильмы в помощь: «Леопольд», «Смешарики», «Лунтик», «Волшебник изумрудного города», "Фунтик", «Крокодил Гена».

Просматривая «мультики», ребенок учится:

- **преодолевать свои страхи:** "Трусливый заяц (заяц-хваста)", "Ничуть не страшно", "Зайчонок и муха", "Тараканище"
- **бороться с трудностями:** "Ивашка из дворца пионеров", "Необыкновенный матч", "Масленица", "Чипполино", "Храбрый Олененок", "Буратино", "Снежная Королева"
- **уважительно относиться к другим:** "Чудесный колокольчик", "Голубой щенок", "Морозко", "Бонифаций", "Живая игрушка"
- **о дружбе и взаимовыручке, сопереживать и проявлять сочувствие:** "Винни-Пух", "Птичка Тари", "Карлсон", "Простоквашино", "Крокодил Гена", "Бременские музыканты", "По дороге с облаками", "мультфильмы Сутеева", "Теремок", "Маугли", "Фунтик"
- **позитивно воспринимать себя** "Крошка Енот", "Попугай Кеша", опять же "Винни-Пух" и "Карлсон", "Рыжий-конопатый".

Современные короткометражные мультфильмы от Пиксар («Песочник», «Смешарики» (серия «Мир без насилия»: «Чего пожелаешь?», «Такой разный Бараш», «Путаница», «Другие уши» и т.д.).

Важный момент: будьте рядом во время просмотра, чтобы объяснить непонятный момент, отразить свое отношение к происходящему, помогите ребенку отреагировать возникающие эмоции. Правильно подобранные мультфильмы помогают ребенку полноценно и эффективно взаимодействовать с окружающим миром.

https://womo.ua/svetlana-royz-kakie-multfilmyi-mozhno-smotret/

Какие мультфильмы полезно смотреть малышам до 3 лет. Светлана Ройз, детский и семейный психолог, автор книг «Волшебная палочка для родителей» и «Где живет ангел», а также «Практическое Ребенковедение» и «Шепотуньки», считает, что таких не существует. Но мамы и папы все равно будут показывать детям мультики, поэтому психолог подготовила базовые рекомендации на темы: «Как смотреть» и «Какие смотреть».

Базовые правила семейного просмотра мультфильмов:

1. Мультфильм — «не вместо» родителей, а «вместе» с родителями.

2. Чем больше в жизни ребенка любого возраста экрана, тем больше должно быть занятий «объемных» — лепки, аппликации, игры в песке, с крупами, рисования и прочего.

3. Это сложно, но важно стараться не показывать мультфильмы детям во время еды. Мы так «сбиваем» пищевые настройки.

4. Новый мультфильм ребенок смотрит только вместе со взрослым.

5. Если ребенок начинает себя идентифицировать с героем мультфильма, можно поиграть в «волшебство» — после просмотра дотронуться волшебной палочкой (карандашом) и сказать, например, «мальчика Федю из медвежонка Нуки обратно в мальчика превращаю».

Мультфильмы, которые советует Светлана Ройз:

Малыш Билл (!)
Тигренок Даниэль (!)
Малышарики
Медвежонок Нуки и его друзья (!)
Катя и МимМим
Непоседа Зу
Рисуем вместе с Темой
Кукутики
Барбоскины
Фиксики
Лунтик

Мультики, отмеченные (!), психолог особенно рекомендует к просмотру.