**Консультація для батьків**

**Як організувати дозвілля дитини під час карантину.**

Зараз у нас триває карантин. Зачинені всі освітні заклади і, як наслідок, батьки вимушені теж залишатися вдома. Як же батькам організувати день, щоб діти мали можливість і розважатися , і розвиватися? Дитині дошкільного віку, на відміну від школяра, **потрібно** допомогти організувати власну діяльність.

Насамперед дорослі мають організувати свій день так, щоб якнайменше змінити розпорядок дня дитини від розпорядку дня в дитячому закладі. Адже карантин закінчиться, і діти повернуться до звичного розміреного життя садочка. І краще, щоб малюку не прийшлося занову до нього привчатися. Батькам потрібно розуміти, що змінилося тільки місце перебування більшої частини дня дитини, а її діяльність повинна і надалі бути такою, як і була( по можливості) , або трішки змінена. Психологи радять написати на аркуші паперу або на стікерах докладний розпорядок дня і повісити його так, щоб дитина постійно його бачила. Важливо, щоб у неї були чіткі очікування з приводу того, що буде відбуватися протягом дня - коли буде час для ігор, читання і відпочинку.

День повинен починатися з гігієнічних процедур, ранкової гімнастики, сніданку. Протягом дня батьки( або інші дорослі, які будуть знаходитися з дитиною вдома) повинні організувати навчальну, ігрову, самостійну діяльність дитини. Якщо це дитина старшого дошкільного віку, то вона більш самостійна і тому контролювати самостійну діяльність не обов’язково, а з малюкам молодшого дошкільного віку потрібна допомога. Навчальну діяльність можна організувати як до обіду, так і після денного сну (денний сон теж бажано не відміняти). Програму, за якою працюють в дитячому садочку можна знайти на сайті МОН або проконсультуватися з вихователями, в програмі чітко вказані вікові особливості відповідного віку та знання з кожної освітньої лінії, які повинна отримати дитина, відповідно до вікової категорії. Цим самим батьки можуть зорієнтуватися на те, що вже знає їхня дитина і чому її ще потрібно навчити. Так, це може бути складно, бо існують різні форми та методи роботи з дошкільнятами. Але не обов’язково в домашніх умовах дотримуватися всього цього. Головне - в доступній для дитини формі пояснити матеріал, дати змогу закріпити в практичних вправах (якщо це необхідно), бажано використовувати наочний матеріал, щоб дитина краще змогла зрозуміти те, що їй пояснюють. На практиці в садочках використовують дидактичний матеріал, роздатковий, відео та аудіо записи. В наш час інформаційних технологій зробити це нескладно. З підручного матеріалу можна виготовити наочність ( матеріал для лічби, геометричні фігури, цифри, літери тощо).

Яку діяльність запропонувати дошкільнику протягом дня.

**Ігрова**

Гра завжди зацікавлює дитину. Ігрова діяльність сприяє розвитку в дитини навичок, умінь, необхідних для самообслуговування й надання допомоги дорослим. У сюжетно-рольових іграх дитина відтворює та моделює прибирання, прання, одягання, прийому їжі, одягання й роздягання на прикладі ляльки чи іншої іграшки.

Трудова

У малят є бажання самостійно виконувати деякі трудові доручення — мити посуд, накривати на стіл, підмітати. Тому дитині слід давати посильні трудові доручення.

Художньо-продуктивна

Малювання, ліплення, аплікація, конструювання - це те, що , напевно, подобається робити дитини найбільше. У цих видах художньо-продуктивної діяльності малюк має змогу втілити свої задуми та реалізувати творчі здібності, незалежно від дорослого.

Важливо ще й те, що батьки повинні контролювати перебування дитини перед комп’ютером чи планшетом. Потрібно організувати перебування на свіжому повітрі.

Дитині корисно буде послухати казку, оповідання, вивчити вірш, переказати прочитаний твір. Це можна зробити за допомогою запитань, малюнків. Цікава форма роботи – складання казки, можливо її героями будуть нереальні фантастичні створіння і нехай дитина дає волю своїм фантазіям, а дорослий занотовує казку і складає в скарбничку ( можливо це не останній карантин вашої дитини і таких творів буде ще багато).

Зараз є багато цікавих настільних ігор, які розвивають логічне мислення, пам’ять,увагу – і це теж буде цікавим заняттям для дітей.

Ще одним цікавим заняттям для дитини буде дослідницька діяльність. Можна з дитиною провести досліди, ознайомитися з властивостями деяких матеріалів.

Можна організувати тематичні домашні вечірки або недільники (запросити двоє – троє друзів), підготувати сценарій, костюми, декорації, конкурси, призи.

Деякий час можна приділити перегляду мультфільмів та розвиваючих і пізнавальних відео на YouTube каналі.

Не ізолюйте дитину від суспільства. Підтримуйте контакт з друзями та близькими. Дитина може спілкуватися з друзями та близькими , яких ви не можете відвідати особисто, використовуйте відеочати.

**Перелік дитячих сайтів на допомогу батькам:**

[https://sashkaua.ucoz.ua](https://sashkaua.ucoz.ua/)/«Вірші», «Казки» та «Оповідання» ви маєте можливість  
почитати вірші, казки та оповідання для дітей різних авторів.

<http://posnayko.com.ua/>Журнал "Пізнайко": вірші, казки, творчість.

[https://www.solnet.ee/](https://solnet.ee/)Розвиваючі, навчальні ігри для самих маленьких та ще багато цікавого і для батьків.

[http://edugames.rozumniki.ua](http://edugames.rozumniki.ua/)/навчальні програми для дошкільнят та дітей молодшого шкільного віку з інтерактивними вправами, веселими анімованими персонажами,яскравими сюжетами та звуковим супроводом

[https://childdevelop.com.ua](https://childdevelop.com.ua/)/завдання на логічне мислення, підготовка руки до письма тощо

<http://detsky-mir.com/>завдання для дітей різного віку, аудио книги, підготовка до  
школи, творчість

<http://www.raskraska.com/>Раскраски для детей - бесплатно распечатать, скачать,  
раскрасить онлайн

**Поради батькам: Як розпланувати день і чим зайняти дітей під час карантину**

Карантин схожий на відпустку чи довгі вихідні, тому варто розуміти, що для дорослих і дітей – це все-таки період розслаблення. Не варто гнатись за досягненнями й змушувати дітей виконувати нереальний план.

Важливо дотримуватись розпорядку дня: чищення зубів, зарядка, прогулянка (якщо це можливо), денний сон та інші звичні для дитини ритуали повинні бути щодня. Дуже важливими є спільні прийоми їжі. Графік потрібен, щоб дитина мала певні межі, в яких вона буде більш організованою. Так і батьки встигатимуть більше, і малеча отримуватиме достатньо уваги.

Те, як наповнювати весь інший час, залежить від уподобань дитини. Згідно із системою Монтессорі, найбільш продуктивною частиною дня у дітей є час до обіду. Тому всі заняття, які спрямовані на розвиток дитини, краще планувати на першу половину дня.

Змушувати дитину не потрібно:лише йти за її інтересами. Дитина хоче читати – можемо почитати, вирішує складати пазли – займемось цим. Не варто складати список занять і виконувати їх по черзі: дуже важливо прислухатись до дітей та їхніх бажань.

На період карантину батькам або іншим членам сім’ї треба домовлятись, хто зараз сидітиме з дитиною. Наприклад, батько працює, поки мама гуляє з дитиною. Потім мама займається роботою, а батько грається із дітьми. Одному дорослому повноцінно працювати та займатися дитиною буде важко – діти рідко можуть три години спокійно гратись самі, не відволікаючи.

Планувати всі активності варто з урахуванням інтересів дитини, бо для кожного віку вони свої. Час, який зараз батьки проводять із малечею, можна використовувати для спільних приготувань їжі, занять йогою чи танцями, наведення порядку вдома. Дітей варто залучати до домашніх справ: вони за прикладом батьків вчаться багатьох речей. Якщо дитина виявляє інтерес до хатніх справ, потрібно заохочувати її до цього, навіть якщо в неї не все виходить добре.

Удома можна гратися і з кінетичним піском, пластиліном, робити аплікації з паперу. Для дітей цінно, коли батьки граються з ними на одному рівні: наприклад, сідають разом на килим і роблять щось спільне.

На час карантину потрібно підготуватись і знайти нові варіанти для ігор з дітьми: малеча не зможе робити одне й те саме щодня. У YouTube чи навіть у соцмережах інших мам можна знайти багато ідей, чим зайняти дитину. У періоди карантину варто стежити за кількістю солодкого, яке вживають діти. Солодощі збуджують дитину: їй важче заснути, складніше сконцентруватись на чомусь.

Для ігор та розваг не використовуйте часто гаджети. Краще звідти видалити усе зайве й залишити лише додатки для розвитку та навчання. Мультики варто обирати документальні та навчальні. Наприклад, після прочитання енциклопедії дитина зацікавилась Антарктидою – це чудово і можна наступного дня показати відео на цю тему.

Не варто сприймати карантин як те, що ускладнює життя. Використовуйте його для того, щоб провести більше часу з дітьми: вони насправді дуже потребують нашої уваги. І навіть разом розкласти речі після прання – це вже чудова спільна активність.

Крім класичних способів проведення часу з дітьми, як-от читання книг, перегляд мультиків і дитячих фільмів, прогулянок на вулиці, у нас є доступ до різноманітних ігор. Дитина може гратись як з дорослими, так і сама, за умови, якщо перший раз про це заняття вона дізналась разом з батьками.

ІГРИ НА КУХНІ

Можна малювати фарбами по крупі, ховати невеликі іграшки й знаходити їх, викладати аплікацію та придумувати до неї історію. Також гратися з тістом: ліпити фігурки, випікати, розфарбовувати.

СЮЖЕТНО-РОЛЬОВІ ІГРИ

Сюжетно-рольові ігри або ігри, що розвиваються за сюжетом, коли учасники беруть на себе певну роль. Тут додатково можна використовувати іграшки, конструктор тощо.

ТЕАТРАЛІЗОВАНІ ІГРИ

Театр може бути як ляльковим, тіньовим, так і драматичним. Вибираєте ви.

РУХЛИВІ ІГРИ

Під час таких занять можна обіграти всі речі, які є вдома. Наприклад, стілець – оббігати, на нього можна залазити, його штовхати, піднімати тощо.

КІНЕЗІОЛОГІЧНА ЗАРЯДКА

Спробуйте з дітьми вивчити кілька вправ такої зарядки, вони розвивають взаємодію між півкулями мозку.

Наприклад: Вправа «Вухо — ніс»

Лівою рукою взятися за кінчик носа, а правою рукою ліве вухо. Одночасно відпустити вухо і ніс, плеснути в долоні, потім поміняти положення рук «з точністю до навпаки».

***"Якщо наш пріоритет – це вимагання бути слухняним у межах чотирьох стін нашого дому, то можемо сподіватись, що наші покірні діти будуть слухатись когось іншого – поза домом", – психолог, дослідник освіти***