Чем занять ребенка на карантине,если он дошкольник.

Ребенок-дошкольник на карантине наверняка будет мучиться от безделья, мешать родителям и устраивать истерики «по поводу и без», поэтому нужно просто занять его, чтобы энергия, силы растрачивались на интересные и полезные дела, для этого можно предложить детям:

* Вырастить что-то из семян. Все просто: нужен горшочек и немного земли, чтобы туда посадить семечко огурца или луковицу для «зелени», кабачок, редис или луковицу тюльпана. Важно предложить малышу это и выбрать растение, которое быстро прорастает и имеет короткий вегетативный период. Дошкольник вряд ли справится самостоятельно с оборудованием места «огорода», поэтому есть повод потрудиться совместно с родителем: соорудить полки, сделать дырочки в горшках, насыпать земли и установить освещение.
* Собирать паззлы. Если они больших размеров, то по окончании работы можно сделать «картину» и повесить на стену – будет чем гордиться малышу перед гостями. Паззлы дошкольнику лучше выбирать не сложные и с хорошо знакомыми изображениями – из сказок или мультфильмов. Заниматься таким делом ребенок может и сам, например, если родители вынуждены на карантине уделять время и работе, но лучше бы совместить процесс с общением.
* Петь в караоке, танцевать. Существует масса компьютерных программ, которые позволяют этим заниматься и без специфической музыкальной аппаратуры. Такое занятие дает сразу два эффекта – родители будут освобождены от постоянного присутствия ребенка на 30-40 минут, энергия малыша будет выплеснута, и он сможет заниматься спокойными играми.
* Изготавливать поделки по видеоурокам. Это занятие подойдет для старших дошкольников, уроки короткие и очень понятные, все поделки делаются из подручных материалов. А потом можно будет сделать выставку из готовых работ, продемонстрировать ее родственникам и друзьям после окончания карантина.

Соблюдайте график.

Психологи утверждают, что во **время карантина** важно поддерживать обычный распорядок дня **ребенка.** У вас может возникнуть большой соблазн объявить **карантин** дополнительными каникулами и целый день сидеть перед экраном телевизора. Однако резкая смена графика также может вызвать у **ребенка стресс.**

Полезно будет писать на листе бумаги или на стикерах подробный распорядок дня и повесить его так, чтобы **ребенок постоянно его видел**. Важно, чтобы у него были четкие ожидания по поводу того, что будет происходить в течение дня – когда будет **время для игр,** чтения и отдыха.

Во **время карантина** используйте электронные устройства с умом

Родители придерживаются разных мнений по поводу того, можно ли **ребенку проводить время на карантине** за экранами компьютеров, планшетов или телевизоров. Одни позволяют **ребенку** неограниченно использовать электронные устройства, чтобы **развлечь его,** другие строго ограничивают использование гаджетов.

Запрещать **ребенку** пользоваться гаджетами не стоит, но необходимо правильно выбирать для него контент. Ему подойдут обучающие приложения и каналы. **Развлекательные** видео должны соответствовать возрасту **ребенка.**

Привлекайте **ребенка к работе по дому.**

Детские психологи утверждают, что дети старше трех лет получают пользу от того, что помогают родителям по дому. Чем младше **ребенок,** тем больше ему нравится помогать родителям в разных домашних делах. Они помогают стирать, пылесосить, накрывать на стол и т. д.

Играйте в любимые игрушки **ребенка.**

Как правило, у каждого **ребенка** есть любимая игрушка, с которой он может играть часами. У кого-то это настольные игры, у кого-то **– конструкторы Лего.** Дети любят создавать разные объекты из деталей **конструктора** или просто сортировать детали по цвету. Чтобы мотивировать **ребенка,** вы можете поставить ему задачу. Например, вы можете спросить его: *«Насколько высокую башню ты можешь построить?»*