**Рекомендации для родителей «Чем занять детей на карантине»**

Эпидемия коронавируса сильно изменила жизнь людей не только в нашем городе, но и во всем мире. Улицы городов пустеют, многие зведения закрываются. Значит, большинство семей должны будут провести продолжительное время под одной крышей, соблюдая карантин и, по возможности, рабочий и учебный режим.

Тут-то у многих и начинаются большие проблемы. Только представьте: 24 часа в сутки мамам и папам приходится работать, одновременно заниматься домашним хозяйством и следить за детьми. К бабушкам и дедушкам уже не обратишься: при пандемии коронавируса пожилые люди находятся в особой группе риска.

**Чем же занять ребенка дома во время карантина?**

Спокойствие, только спокойствие

Главное – не паниковать, об этом сегодня напоминают не только наши власти, но и психологи. Дети очень тонко чувствуют настроение родителей, поэтому важно, чтобы взрослые объяснили им: карантин – это не страшно.

*Режим – прежде всего*

Одна из самых важных вещей во время карантина – это конечно же режим. Нужно стараться выстраивать свой распорядок дня так, чтобы выделять время и на работу, и на занятия с детьми. «Садиковский» режим придумали не просто так: это чередование занятий, отдыха и подвижных игр, можно взять за основу для реализации в домашних условиях.

*Чтение книг*

Вспомните, как уютно и спокойно было нам в детстве, когда мы, укутавшись в одеяло, слушали, как мама или бабушка читала нам сказки, и как сладко нам засыпалось под них. Передайте эту атмосферу и своим детям.

*Просмотр телевизора*

Ничего плохого нет в том, чтобы дать детям возможность насладиться «дополнительным отпуском» дома в компании любимого мультфильма или развлекательной программы. Сейчас их великое множество, но главное – знать меру.

*Настольные игры*

Найдите время поиграть с ребенком в его любимую настольную игру, например, «Домино, различные тематические карточки, пазлы, мозаика». Сейчас особенно популярно: игры можно купить в любом детском магазине, заказать по интернету, а также смастерить самим!

*Занятия творчеством*

Направьте энергию детей в позитивное русло и помогите ему раскрыть свой творческий потенциал. Музыка, хореография, рисование, лепка, аппликация – перед вами многообразие вариантов, главное – найти занятие по душе.

**Будьте здоровы! Дети – отличная компания! Главное – правильный подход и позитивный настрой. И тогда ваш труд пройдут с пользой, весёлыми моментами, а главное – без головных болей!**

**Обратите внимание!**

1. Важно, чтобы родители контролировали пребывание ребенка перед компьютером или планшетом. Нужно организовать пребывание на свежем воздухе (в условиях карантина это возможно на лоджии, балконе), обязательно частое проветривание помещения, в котором ребенок проводит время.
2. Ребенку также будет полезно послушать сказку, рассказ, выучить стихотворение, пересказать прочитанное произведение. Это можно сделать с помощью вопросов, рисунков. Интересная форма работы – это составление сказки, возможно ее героями будут нереальные фантастические создания и пусть ребенок дает волю своим фантазиям, а взрослый записывает сказку и собирает в семейную копилку. возможно это войдет в добрую традицию в вашей семье, и таких произведений будет еще много.
3. Сейчас есть много интересных настольных игр, которые развивают логическое мышление, память, внимание — и это тоже будет интересным времяпрепровождением, для вас и ваших детей.
4. Еще одним не менее интересным занятием для ребенка будет исследовательская деятельность. Можно с ребенком провести различные опыты, ознакомиться со свойствами некоторых материалов.
5. Можно организовать тематические домашние вечеринки, подготовить сценарий, костюмы, декорации, конкурсы, призы. Также, можно устроить семейный просмотр фильма, предварительно проведя инсценировку посещения домашнего кинотеатра с продажей и покупкой билетов соков, Поп-корна.
6. Не изолируйте ребенка от общества. Поддерживайте контакт с друзьями и близкими. Ребенок может общаться с друзьями и близкими, которых вы не можете посетить лично, используя видеочаты.
7. Некоторое время можно уделить просмотру мультфильмов и развивающих и познавательных видео на YouTube канале.
8. И не забывайте про тихий час.