Изменить привычный образ жизни и находиться постоянно дома - это стресс не только для взрослых, но и для детей. Как комфортно организовать пространство для ребенка и чем занять ребенка в период самоизоляции?
-Во первых, обратить внимание на организацию пространства - доступность: как расставлена мебель, где лежат игрушки, на сколько они в реальном доступе от ребенка.
-Во вторых, у ребенка должна быть возможность уединиться. Важно подумать, чтобы у ребенка был свой уголочек, в котором он может уединиться и уйти от суеты и шума.
Еще ребенку важно, чтобы у него было место и время для игр, где он может спокойно разложиться: построить кукольный домик, замок, шалаш. Эти три вещи - доступность, возможность уединения и возможность трансформации и преобразования пространства- это минимальные условия, чтобы ребенок почувствовал себя дома комфортно и мог бы занять себя сам.
Чем можно заняться с ребенком дома?
Игра - это лучшее, что можно предложить ребенку. В каждом доме, где есть ребенок, есть краски, бумага, соль, мука, крупы, фасоль, диванные подушки и т.д. и есть время, чтобы немножко посвятить его общению, игре, придумыванию, фантазированию.
Чем можно заняться? Всем , что связано с моторикой мелкой и крупной.
Игры с предметами домашнего обихода.

Равномерным слоем рассыпьте по подносу любую крупу. Проведите пальчиками малыша по крупе. Позвольте ему самому нарисовать, что он захочет. Затем попробуйте вместе нарисовать какие-нибудь предметы (солнышко, дождик, травку), фигурки.
Учим буквы с помощью гречки. Уж чего-чего, а гречки сейчас в каждом доме большие запасы. Один килограмм пусть пойдет на развитие малыша. В небольшую коробку насыпаем тонкий слой гречки, выдаём ребёнку любую ручку или фломастер, ставим перед ним шаблон буквы, и пусть воспроизводит букву на гречневом пространстве. Начать можно с А.

Подберите пуговицы разного цвета и размера. Сначала выложите рисунок сами, затем попросите малыша сделать то же самостоятельно. Берем пельменницу. Ее поверхность, как вам известно, напоминает соты. Малыш двумя пальцами (указательным и средним) изображает пчелу, летающую над сотами:

«Пальцы, как пчелы, летают по сотам
И в каждую входят с проверкою: что там?
Хватит ли меда всем нам до весны,
Чтобы не снились голодные сны?»

Насыпаем в кастрюлю горох или фасоль. Ребенок запускает туда руки и изображает, как месят тесто, приговаривая:

«Месим, месим тесто,
Есть в печи место.
Будут, будут из печи
Булочки и калачи».

Бельевой прищепкой (проверьте на своих пальцах, чтобы она не была слишком тугой) поочередно «кусаем» ногтевые фаланги (от указательного к мизинцу и обратно) на ударные слоги стиха:

«Сильно кусает котенок-глупыш,
Он думает, это не палец, а мышь. (Смена рук.)
Но я же играю с тобою, малыш,
А будешь кусаться, скажу тебе: «Кыш!»

Ребенок комкает, начиная с уголка, носовой платок (можно даже полиэтиленовый мешочек или лист бумаги) так, чтобы он весь уместился в кулачке.

Дети отлично в это играют в любом возрасте и получают массу удовольствия от того, что просто там ковыряются, делают поделки, строят пещерки…
Не забывайте про тесто из соли. Это надолго займет ребенка, а главное- это развивающее занятие: полепить из теста, запечь в духовке, раскрасить гуашью или красками. Все, что касается поделок, аппликацией, здесь вполне уместно - дайте волю фантазии и воображению. Позвольте ребенку просто повозиться с фасолью, с тестом, с краской.
Следующее- **воображение**. Развивайте у ребенка способности действовать в воображаемой ситуации: постройте вместе домик, порисуйте от пятна, придумайте историю, сделайте коллаж из старых журналов и творческие поделки.
Чтение - это важная сторона детской жизни и это то, что находится сейчас у дошкольников в некотором дефиците. И это отличная возможность для того, чтобы чуть-чуть сблизить ребенка с книгой. Для начинающего читать ребенка очень важно видеть, как читают взрослые. Если ваш ребенок еще не читает или не усидчивый, попробуйте просто рассматривать картинки и сочинять по ним истории.
Конструирование -очень важная активность в дошкольном возрасте. Можно много организовать строительных игр: построить город, зоопарк, крепость и т.д.

Разрешите что-нибудь приготовить

Дети очень любят помогать родителям на кухне с раннего возраста. Главное в этот момент не обрубить это желание на корню, прогнав подальше, мол, не мешайте. В зависимости от возраста у вас сейчас либо есть верные помощники на кухне, готовые что-то помыть, почистить, принести, подержать, перемешать, либо юный повар, готовый к новым кулинарным свершениям.

Предложите завести свою кулинарную книгу — как ее оформить, придумает сам, а вы помогите со всеми необходимыми для этого материалами. Вполне возможно, что это будут просто листы бумаги и карандаши, или красивая толстая тетрадь.

Найдите компанию для настольных игр

Редко кто в одиночку играет в настольные игры, хотя и это можно практиковать. Хорошо, если у вас многодетная семья и всегда может найтись тот, кто свободен и готов составить компанию. К слову, сейчас самое время складывать большие пазлы. Мало ли, раньше руки не доходили.

Разведите "огород на подоконнике"

Решите, что именно вы хотите вырастить, купите все необходимое, если у вас этого нет, и приступайте к делу! Если идея ребенку нравится, то вы можете попросить его сначала определиться с тем, что ему было бы интересно посеять, потом составить список вещей, которые нужны для реализации задуманного, и инструкцию дальнейших действий (сколько раз поливать, когда появятся первые ростки и т.д.). Сбор информации займет время. Важно, чтобы на этом этапе все не закончилось, а это уже будет зависеть от вас.

Вспомните, чем вы сами занимались в свободное время, когда были детьми. Например, знает ли ваш ребенок, как строить шалаш? Нет? Самое время научить его.

Построив шалаш, можно занять детей на несколько часов. Однако нужно быть готовым к тому, что для его сооружения в ход пойдут подушки, одеяла, стулья и даже халаты. С

другой стороны, представьте эмоции вашего ребенка!
В таком шалаше очень удобно и интересно прятаться! Да и к тому же в нем можно обустроить «тайное место», где книжки покажутся интереснее, а задания – не такими уж и сложными. Ах, да, не забудьте об освещении. Для этого дайте ребенку ночник на время или фонарик.

Составьте карту желаний

Карантин рано или поздно закончится, жизнь вернется в прежнее русло. Почему бы об этом времени не помечтать уже сейчас? Период, на который составлять карту желаний, ребенок может выбрать сам. Ее можно клеить, рисовать, вырезать картинки из журналов или просто расписать свои заветные желания и мечты.

По окончании самоизоляции можно сделать альбом « Как мы провели карантин».

Режим влияет на эмоциональное и психологическое благополучие ребенка. Старайтесь придерживаться того режима, который был у вас до карантина. Можно смотреть мультфильмы, развлекательные программы, но не больше одного часа в день. Это разрушает психику ребенка.
Будьте жизнерадостны и здоровы!