

Чем занять ребёнка во время самоизоляции

Сейчас детские сады временно не работают, а школьники ушли на длительные каникулы. Дети вынуждены сидеть дома на карантине, а родители — их развлекать. Чем же заинтересовать ребёнка в четырёх стенах, чтобы он не сидел полдня в телефоне или на диване за бесконечным просмотром мультфильмов? Если вы задавались этим вопросом, мы с радостью поможем найти выход. Рассказываем, какими активностями можно заняться дома с ребёнком.

Игры и творчество

Настольные и активные игры важны как для физического, так и для умственного развития ребёнка. Не надо далеко ходить, чтобы придумывать варианты подвижных домашних развлечений. Это и известные всем с детства прятки, танцы или, к примеру, домашний театр. Такие занятия полезны и родителям. Потому что, во-первых, они позволяют немного подвигаться, а во-вторых, повеселиться, расслабиться и почувствовать себя детьми. Попробуйте поиграть с ребёнком в канатоходцев, которым нужно обойти квартиру и ни разу не шагнуть в сторону от линии. Заодно проверите, как поживает ваше умение сохранять баланс.

Творчество тоже можно преподнести в игровом формате. Чтобы сделать оригами вручите ребёнку набор цветной бумаги. Удивительно, но из обычного листа после нехитрых манипуляций может получиться настоящее произведение искусства. Начинать практиковаться в оригами можно с самых простых фигурок — журавля, тюльпана, собачки, рыбки, яхты или кузнечика. Изготовление красивых поделок своими руками поможет ребёнку развить пространственное мышление, художественный вкус, отточить моторику рук. Оригами увлекаются не только дети, вы можете составить компанию своему чаду и помочь ему на первых порах.

Вот ещё одна идея- поделки из стружки: в процессе рисования карандаши затупляются — и дети с помощью точилки приводят их снова в состояние «боевой готовности». Остатки стружки неизменно отправляются в мусорную корзину. Но если посмотреть с другой стороны, то содержимое точилки можно использовать для создания удивительных композиций. «Юбочки» из стружки наклеиваются на бумагу и становятся частью аппликации — солнышком, зонтиком, елочкой, цветами и листиками. Пара штрихов — и картинка готова.

Ну а если ваш ребёнок скучает за обычным рисованием или разукрашиванием раскрасок, предложите ему порисовать ногами. Сделать это и не запачкаться можно с помощью ватмана, обёрточной плёнки с пузырьками и скотча.

Также, если включить фантазию, то совсем необязательно ходить в театр, чтобы посмотреть любимую сказку. Ее можно разыграть дома, в семейном кругу. Главные герои детского кукольного театра — мягкие игрушки и

пальчиковые куклы. Кстати, их можно сшить своими руками из перчаток и носков.

Готовка

В домашней изоляции у появится время на то, чтоб научить ребёнка готовить. Начинать лучше с малого: пусть он сначала вам помогает, а потом и сам захочет приготовить простое блюдо. Представляете, что будет после карантина? Вы приходите домой, а на столе ужин от любимых детей. Это, конечно, не мишленовская кухня, но приятно.

Совместные тренировки

Если вы относитесь (на что мы надеемся) к той группе родителей, которые не могут жить без спорта, то проводите тренировки вместе с детьми. Вы можете синхронно выполнять традиционные упражнения или же разнообразить их лёгкими гимнастическими приемами. И, возможно, после карантина вы будете в силах посоревноваться с этим тандемом.

Учёба

Во время каникул не стоит забывать и о ней. К тому же образовательные онлайн- площадки открыли доступ к своим лекциям и подкастам. В них рассказывают об истории великих научных открытий, законах физики, литературе и, в общем-то, обо всём на свете.

Также сейчас можно найти подборки бесплатных книг, мультфильмов и аудиоспектаклей, которые будут интересны вашим детям. А для более старшего поколения школьников и взрослых ведущие вузы страны опубликовали записи лекций по разным направлениям и на любой вкус. Эти материалы будут полезны ещё и родителям.

Онлайн- путешествия

Путешествовать можно даже из дома благодаря виртуальным картам и каналам в YouTube. Познакомьте ребёнка с окружающим миром и невероятными пейзажами планеты. Прогуляйтесь вместе с ним по косому переулку или поплавайте вместе с дельфинами. Все экскурсии есть на просторах интернета, и присоединиться к ним можно совершенно бесплатно.

Танцы в TikTok и не только

Более современные и творческие родители могут завести канал в TikTok и создавать смешные или полезные видео с детьми. Например, запечатлеть на камеру, чем они занимаются во время карантина и какие придумывают домашние игры. Или же танцевать!

К слову, танцевать можно и просто так, не снимая это на камеру. В сети есть множество обучающих видео. Они помогут освоить разные стили, начиная с зажигательного хип-хопа и заканчивая лирическими направлениями. Такая активность вполне заменит обыкновенную тренировку и, возможно, окажется даже интереснее для детей.

Главное: постарайтесь воспринимать время дома не как заточение, а как способ лучше узнать себя и свою семью, наладить общение с родственниками и друзьями и, наконец, как возможность провести время со своими детьми в спокойной обстановке. Помните о правилах гигиены и будьте здоровы!