

## **Памятка для родителей**

### **Чем заняться родителям с детьми в самоизоляции:**

На неопределённый срок семьи оказались практически запертыми в собственных домах, квартирах. В дневное время важно давать детям разные задания с учетом возраста, распечатывать на листе бумаги: например раскраски или лабиринты.

### **Самоизоляция не повод грустить:**

Неплохо занимают детей пластилин, конструкторы, раскраски-антистресс, рисование красками, фломастерами и карандашами, мягкий пластилин, готовые аппликации-вырезалки. Конечно, детям нужны и прогулки на свежем воздухе, поэтому в данной ситуации важно чаще проветривать квартиру, дом и выходит (прогулка в пределах собственного двора).

Самое главное в дошкольном возрасте соблюдать режим. Всем дошкольникам нужен дневной сон. Поэтому когда дети спят, можно спокойно заняться своими делами. Если режим сбивается, то работать спокойно уже не получается из-за эмоциональной нагрузки: дети начинают капризничать, вечером становится труднее их укладывать спать.

### **Чем занять дошкольника во время самоизоляции?**

#### **1. Развивайте моторику.**

- смешайте крупы и кинетический песок. Детям нравится перебирать предметы в руках и сортировать;  
- лепите фигурки из солёного теста. Это полноценное развивающее занятие даст волю фантазии ребёнка.

#### **2. Больше читайте.**

Дошкольники любят проводить время за чтением вместе с родителями. Если ребёнок неусидчивый, то рассматривайте картинки и придумывайте по ним истории.

#### **3. Много двигайтесь.**

Для дошкольника важно быть активным и выплёскивать накопленную энергию.

#### **4. Развивайте воображение.**

Постройте вместе с ребёнком дом, рисуйте и сочиняйте сказки.

#### **5. Придумайте квест.**

Искать клад можно по карте и по сказкам, отправиться в путешествие, поставить семейный спектакль. Такие проекты занимают детей и учат их мыслить логически.

**Рекомендация:**

На сайте [Реши-пиши](#) можно найти бесплатно сотни полезных и нескучных заданий для детей дошкольного и школьного возраста на логику

«Берегите себя и своих близких!»

Педагог - психолог – Краснова В.Н.