**Чем занять дошкольника в условиях самоизоляции? (советы педагога - психолога)**

Изменить привычный образ жизни и находиться постоянно дома – это стресс не только для взрослых, но и для детей. Как комфортно организовать пространство для ребенка, почему важно соблюдать режим дня и в какие игры играть во время карантина.

– Как организовать жизнь дошкольника в условиях самоизоляции на дому?

– Во-первых, обратите внимание на организацию пространства – доступность: как расставлена мебель, где лежат игрушки, насколько они в реальном доступе для ребенка. Если вдруг полка или какое-то оборудование оказывается для ребенка недоступным, то он к нему не обратится. Он будет ходить за взрослыми по пятам и просить, чтобы с ним поиграли. В таком случае очень важно правильно организовать пространство ребенка. Не всегда имеющиеся пространства позволяют каждому уединиться в своей комнате. Важно продумать, как организовать пространство, чтобы у ребенка было своя игровая зона, в котором он мог бы уединиться и играть самостоятельно, чтобы у него было место и время для игр, где он может спокойно разложиться: построить кукольный домик, замок, шалаш из пледа и диванных подушек. И вот эти три вещи – доступность, возможность уединения и возможность трансформации и преобразования пространства (место и время для игры) – это минимальные условия, чтобы ребенок почувствовал себя дома комфортно и мог хотя бы потенциально занять себя сам.

– Чем можно заняться с ребенком дома?

– Идей масса, но так как у нас в фокусе дошкольники, то игра – это лучше, чем всякие развивашки, занимашки, любые онлайн-приложения. Здорово, конечно, если взрослые попробуют погрузиться в детское состояние и поиграть с ребенком. Для ребенка это и полезно, и приятно. Каждый родитель, вспомнив свое детство, придумает кучу идей. Для этого необязательно сразу бежать что-то покупать. В каждом доме, где есть ребенок, найдутся: краски, бумага, соль, мука, фасоль, плед и диванные подушки и время, чтобы посвятить его общению, игре, придумыванию, фантазированию.

 Чем можно заняться? Всем, что связано с крупной и мелкой моторикой. Например, можно взять коробку и смешать в ней фасоль и горох, предложив ребенку рассортировать крупы. В кинетический песок поместить: пуговицы, крупные бусины и превратиться в кладоискателей. Дети отлично в это играют в любом возрасте и получают массу удовольствия**.**

Не забывайте **про пластилин, глину и соленое тесто**. Это надолго займет ребенка, а главное – это развивающее занятие: полепить, запечь в духовке, раскрасить гуашью или красками. Можно попробовать реализовать с ребенком целостный проект. Например, не просто лепить из пластилина или соленого теста, а сделать целый зоопарк, военную базу, космическую станцию и т.д. Все, что касается поделок, аппликаций, здесь вполне уместно – дать волю фантазии и воображению. Развивайте у ребенка способности действовать в воображаемой ситуации: постройте вместе домик, **порисуйте от пятна (кляксы)**, придумайте историю, сделайте коллаж из старых журналов.

Чтение – это важная сторона детской жизни и это то, что находится сейчас у дошкольников в некотором дефиците. Для начинающего читать ребенка очень важно видеть, как читают взрослые. Если он еще не читает или неусидчивый, то попробуйте просто рассматривать картинки и сочинять по ним истории.

Как быть **с физической активностью**, если площадь квартиры не позволяет устраивать марафоны?

– Для дошкольника движение – это принципиально значимое времяпрепровождение. Например, простой способ – это сделать зарядку: вы воображаете, что идете по зоопарку, видите зверей и повторяете их движения. Это может быть более целостный сюжет, например, вы идете в поход: маршируете, перепрыгиваете через реку, ставите палатку. Подобные двигательные игровые ситуации – это возможность для ребенка подвигаться, сделать крупные размашистые движения, прыжки, имитацию бега, взмахи руками и т. д.. Еще одна интересная идея, которая совмещает в себе обучение и движение - квест. Дети обожают искать клад по картам и по подсказкам. Можете опять же построить полосу препятствий, придумать сюжет и отправиться в поход: составить список вещей, собрать рюкзак, идти по карте или отправиться в туристическое путешествие. Можно поставить настоящий спектакль: раздать роли, сделать билеты, соорудить сцену, придумать представления или разыграть сказку. Такие задания привлекают детей, **для них это интересно и полезно, а главное – это привносит смысл в их действия.**

По окончании карантина можно сделать фотоальбом или стенгазету **"Как мы провели время во время карантина".** Потом ребенок может это принести в детский сад, чтобы всем рассказать и показать. Сама задача сделать такой альбом может увлечь ребенка.