

Консультация для родителей

«Как провести время с ребенком в изоляции?»



Как провести время с ребенком в изоляции?

Временная изоляция на дому – отличный способ для того, чтобы наконец-то уделить время своим детям.

В вынужденном карантине у нас появилась прекрасная возможность побыть со своими любимыми, без спешки и без помех извне.

Важно, чтобы родители находили время для общения один на один с каждым ребенком.

Именно сейчас, когда большинство людей проводят все свое время дома с семьей и близкими, очень важно сохранять оптимизм и верить в лучшее. Важно находить радости в мелочах, научиться ценить самое главное, что у нас есть и сохранять бодрость духа. Всем известно, что хороший иммунитет зависит во многом и от нашего настроения.



Чем занять ребенка?

Время самоизоляции для многих людей может стать настоящим испытанием. Особенно непросто проводить время взаперти семьям с маленькими детьми. Ребенка постоянно нужно чем-то занимать, а взрослым при этом необходимо еще отвлекаться и на работу. Чтобы долгая изоляция не стала причиной семейных ссор, психологи советуют проводить это время с пользой.

Например, займитесь с ребенком творчеством!



Чем занять ребенка?

Обязательно оборудуйте такое место, где ребенок сможет "выпустить пар", рекомендуют специалисты.

Оказавшиеся взаперти, дети способны свести с ума любого взрослого. Все дело в том, что им сложно переносить вынужденное отсутствие физической активности. Поэтому детям просто необходимо место, где они смогут попрыгать и пошуметь. Можно также вместе поиграть в активные игры или просто сделать зарядку.



Чем занять ребенка?

Карантин — отличное время для уборки. Вместе с ребенком можно хорошенько "изучить" содержимое его комнаты. Для детей это может стать весьма увлекательным делом, говорят специалисты. Ребенок наверняка найдет свои давно забытые игрушки, с какими-то из которых решит расстаться. А это точно порадует маму, ведь в шкафах появится больше свободного места.



Чем занять ребенка?

Весело провести время можно и на кухне. Совместное приготовление еды увлечет любого ребенка, уверены психологи. Слепите пельмени всей семьей, испеките пирожки или печенье, сделайте пиццу, главное, включите фантазию. Это занятие к тому же будет еще и весьма полезным. Ведь потом родителям не придется тратить время на приготовление обеда или ужина.



Чем занять ребенка?

Помогут родителям и современные технологии. Например, многие зоопарки дают возможность понаблюдать за животными в режиме реального времени — на своих официальных сайтах. Таким же образом можно пройти онлайн-урок танцев или "посетить" музей — в цифровом формате. В интернете также легко найти мастер-классы на все случаи жизни. А через видеомессенджеры можно поиграть с друзьями в настольные игры или устроить онлайн-чаепитие.



Напутствие

Воспринимайте данный период как возможность провести больше времени с семьей. Распределите все таким образом, чтобы оставалось время на работу (если вы или ваш партнер работаете удаленно), на романтику и, конечно, на детей.

Сегодня передний план борьбы с вирусом – это не больница, не поликлиника, а мы с вами. Если мы это поймем, мы победим.

Всем желаем не впадать в панику и отлично провести время несмотря ни что. И конечно, здоровья!

