

Консультация «Как развлечь ребенка во время карантина»

Сегодня, когда школы и детские сады закрыты на карантин, дети вынуждены елыми днями оставаться дома. В жизни ребенка важную роль играет взаимодействие со сверстниками – школа, игры во дворе, дни рождения друзей и т. д. Но во время **карантина** родители должны держать их в изоляции – ради их же здоровья. Как же **развлечь ребенка в ситуации**, когда вы не можете помочь ему гулять на улице и общаться с друзьями?

Детские психологи и родители рассказали о том, как объяснить детям необходимость оставаться дома и как **развлечь их**, пока они находятся на **карантине**.

Прежде всего, вам необходимо убедить **ребенка в том**, что рядом с ним всегда будет кто-то, кто позаботится о них и найдет ему интересное занятие.

Как говорить с детьми о коронавирусе: советы детских психологов

Психологи советуют говорить с **ребенком** о коронавирусе только в том случае, если **ребенок** сам об этом спрашивает. В противном случае он все равно не будет вас слушать. Для маленьких детей болезнь является абстрактным понятием, а необходимость изоляции огорчает их больше.

Если вы вынуждены обратиться в медицинское учреждение, акцентируйте внимание **ребенка на том**, что взрослые здесь для того, чтобы его защитить. Скажите **ребенку**, что вы тоже знаете, как защитить себя.

Придумайте веселый способ научить **ребенка** правильным привычкам, чтобы дать ему чувство контроля. Например, вы можете превратить мытье рук в игру. Скажите ему: «Вокруг вирусы, поэтому нам нужно быть осторожными. Нам нужно вымыть руки, а затем я расскажу тебе, как еще мы сможем перехитрить вирусы».

Соблюдайте график

Психологи утверждают, что во **время карантина** важно поддерживать обычный распорядок дня **ребенка**. У вас может возникнуть большой соблазн объявить **карантин** дополнительными каникулами и целый день сидеть перед экраном телевизора. Однако резкая смена графика также может вызвать у **ребенка стресс**.

Полезно будет писать на листе бумаги или на стикерах подробный распорядок дня и повесить его так, чтобы **ребенок постоянно его видел**. Важно, чтобы у него были четкие ожидания по поводу того, что будет происходить в течение дня – когда будет **время для игр**, чтения и отдыха.

Сохраняйте контакт с друзьями и близкими

Для **ребенка** важно поддерживать контакт с друзьями – это снизит уровень его стресса. Также общайтесь с близкими и родственниками, которых вы не можете навестить лично, но переживаете об их здоровье.

Используйте Skype или другие видеочаты. Научите своих родственников пользоваться ими, если они не умеют. Общайтесь с друзьями и родственниками в мессенджерах и соцсетях.

Устройте танцевальную вечеринку

Если **карантин** не позволяет вам гулять с **ребенком на свежем воздухе**, устройте для **ребенка** танцевальную вечеринку дома. Все, что вам нужно, - найти в Интернете подходящую музыку.

Ребенку также понравится, если вы предложите ему вместе сделать декорации к вечеринке. Вы можете сделать баннеры или плакаты. Также вам могут пригодиться новогодние гирлянды – они создадут вам праздничную атмосферу.

Во **время карантина** используйте электронные устройства с умом

Родители придерживаются разных мнений по поводу того, можно ли **ребенку проводить время на карантине** за экранами компьютеров, планшетов или телевизоров. Одни позволяют **ребенку** неограниченно использовать электронные устройства, чтобы **развлечь его**, другие строго ограничивают использование гаджетов.

Запрещать **ребенку** пользоваться гаджетами не стоит, но необходимо правильно выбирать для него контент. Ему подойдут обучающие приложения и каналы на Youtube. **Развлекательные** видео должны соответствовать возрасту **ребенка**.

Привлекайте ребенка к работе по дому

Детские психологи утверждают, что дети старше трех лет получают пользу от того, что помогают родителям по дому. Чем младше **ребенок**, тем больше ему нравится помогать родителям в разных домашних делах. Они помогают стирать, пылесосить, накрывать на стол и т. д.

Делайте с ребенком поделки

Поделки – хороший способ **развлечь ребенка** и дать ему возможность проявить свои творческие способности. Многие родители утверждают, что это занятие нравится детям. Для этого можно использовать подручные материалы: скотч, картонные коробки из-под обуви, обрезки ткани и т. д. Для этих целей хорошо подходит разноцветная оберточная бумага: дети делают из нее коллажи, платья для кукол и даже стены для крепостей. Даже когда вся бумага использована, дети используют оставшиеся картонные втулки в качестве мечей, устраивая сражения.

Фантазия детей безгранична, и они могут использовать для поделок и игр практически все, что будет под рукой. Поэтому во **время карантина** не стоит давать им для игр туалетную бумагу и бумажные полотенца.

Играйте в любимые игрушки ребенка

Как правило, у каждого **ребенка** есть любимая игрушка, с которой он может играть часами. У кого-то это настольные игры, у кого-то – **конструкторы Лего**. Дети любят создавать разные объекты из деталей **конструктора** или просто сортировать детали по цвету. Чтобы мотивировать **ребенка**, вы можете поставить ему задачу. Например, вы можете спросить его: «*Насколько высокую башню ты можешь построить?*»