

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.

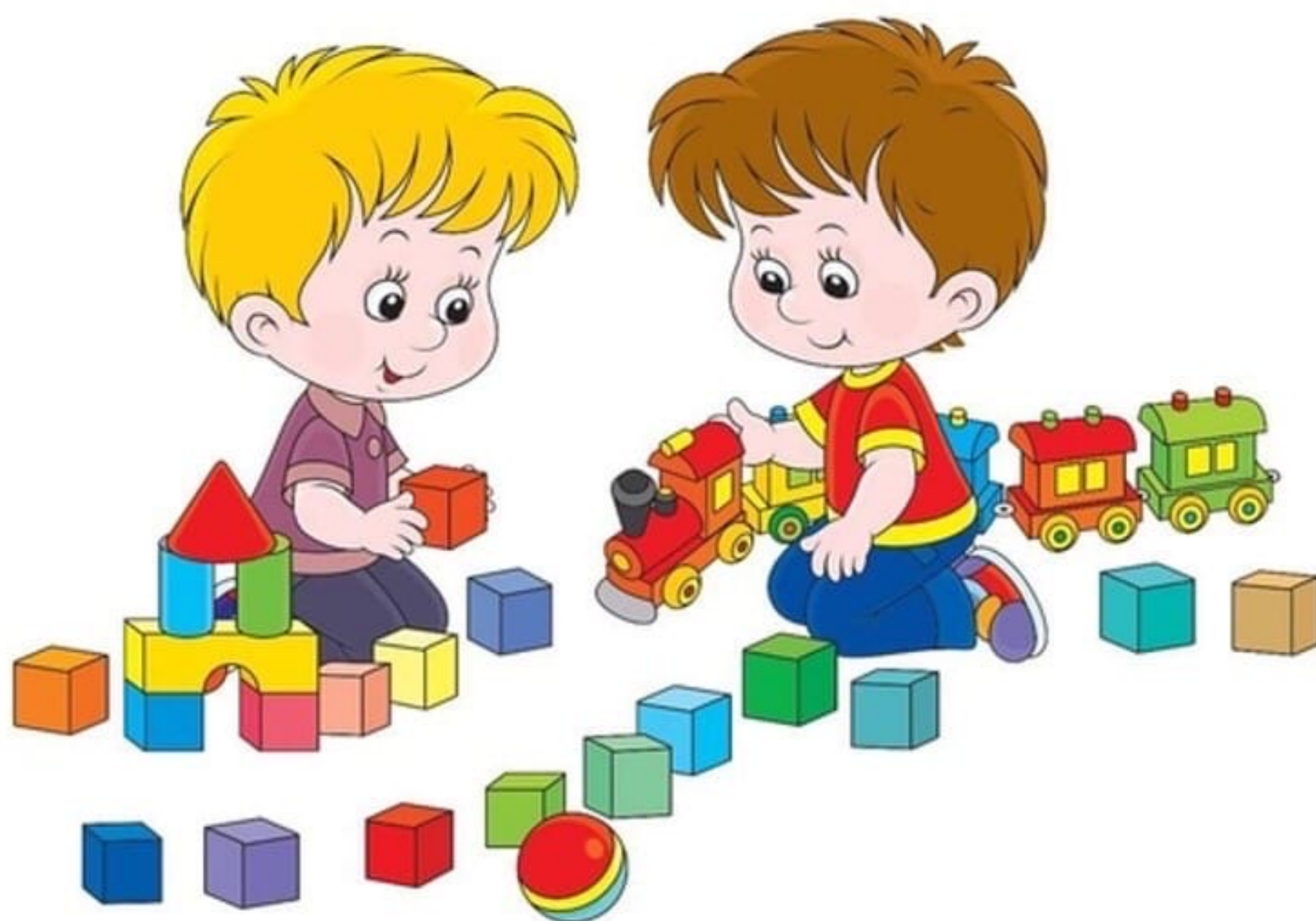
Важно, чтобы родители находили время для общения один на один с каждым ребенком.

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?

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?

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

Оказавшись 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?

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?

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?

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!

