**Организация жизни ребенка дома, во время самоизоляции**

*Составитель: Брусницына Е.Н., воспитатель*

Неожиданно нагрянувший режим самоизоляции вызвал у родителей дошколят неоднозначную реакцию. Кто-то выдохнул, обрадовавшись шансу провести время с любимым чадом в непосредственной близости и вдоволь уделить ему время и внимание (то, чего так не хватало раньше в повседневной гонке «дом-работа-магазин-занятия в развивающих клубах и спортивных секциях»). А кого-то настигла мысль «Что я буду с ним делать целый день/неделю/месяц? Мне ведь еще и работать удаленно надо!». И те и другие должны понимать, что теперь многое будет по-другому.

Современные психологи предлагают относиться к любой изоляции как к прекрасной возможности заново познакомиться со своими детьми. Да, придется и кое-чем помочь, и подготовиться, но при правильной расстановке сил это может дать вам много ценного опыта и необычных, ярких эмоций [1].

**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. Доступность – это один из критериев качества, который мы используем при оценке дошкольных образовательных учреждений, и это действительно очень важно.

Во-вторых, ребенку важно, 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 для них по возрасту положено – играть. Игра – это лучше, чем всякие развивашки, занимашки, любые онлайн-приложения. Здорово, конечно, если взрослые попробуют погрузиться в детское состояние и поиграть с ребенком. Для дошкольника это и полезно, и приятно.

Мы намерено не советуем пособий, видеоуроков, приложений. Уверены, что каждый родитель, подумав минутку, придумает кучу идей. Для этого необязательно сразу бежать что-то покупать. В каждом доме, где есть ребенок, есть краски, бумага, соль, мука, фасоль, плед и диванные подушки и есть время, чтобы немножко посвятить его общению, игре, придумыванию, фантазированию.

[**Я, ребенок и самоизоляция: чем занять детей на карантине**](https://sn.ria.ru/20200327/1569190957.html?in=t)

Чем можно заняться? Всем, что связано с моторикой мелкой и крупной. Например, можно взять коробку, насыпать туда закупленную гречку, фасоль, крупы, кинетический песок и смешать. Дети отлично в это играют в любом возрасте и получают массу удовольствия от того, что просто там ковыряются, делают поделки, строят пещерки…

Не забывайте про тесто из соли. Это надолго займет ребенка, а главное – это развивающее занятие: полепить из теста, запечь в духовке, раскрасить гуашью или какими-то другими подходящими красками. Все, что касается поделок, аппликаций, здесь вполне уместно – дайте волю фантазии и воображению, необязательно делать что-то по шаблону или какому-то видеоуроку из интернета. Позвольте ребенку просто повозиться с фасолью, с тестом, с краской.

Следующее – это воображение. К сожалению, это то, на что не очень много внимания обращают в детском саду. Развивайте у ребенка способности действовать в воображаемой ситуации: постройте вместе домик, порисуйте от пятна, придумайте историю, сделайте коллаж из старых журналов и творческие поделки.

Чтение – это важная сторона детской жизни и это то, что находится сейчас у дошкольников в некотором дефиците. Как правило, мы читаем мало, в саду читают мало. И это отличная возможность для того, чтобы чуть-чуть сблизить ребенка с книгой, если у вас это не происходит дома естественным образом. Для начинающего читать ребенка очень важно видеть, как читают взрослые. Если ваш ребенок еще не читает или неусидчивый, то попробуйте просто рассматривать картинки и сочинять по ним истории. Сейчас таких книжек-картинок очень много издается, они называются виммельбухи.

Очень важно, чтобы у дошкольника были кубики. Я понимаю, что кубиков дома может не оказаться, но на будущее я советую озаботиться тем, чтобы у ребенка в доступе были хорошие кубики для строительства. Конструирование – очень важная активность в дошкольном возрасте. И опять же, с кубиками можно придумать большое количество игр.

**Какой должен быть режим дня дома на самоизоляции?**

Режим влияет на эмоциональное и психологическое благополучие ребенка. Если он уставший, перевозбужденный, то он будет все отрицать. Старайтесь придерживаться того режима, который у вас был до карантина. Если вы ходили в садик, то в семь часов подъем. Я понимаю, что это сделать очень трудно, особенно когда некоторые элементы режима оказываются нарушены. Например, вы не можете выйти на прогулку в привычное время, но все-таки максимальное усилие к соблюдению режима стоит приложить.

Также старайтесь, чтобы экраны у ребенка были в минимальной доступности. Регулярно работающий телевизор в фоновом режиме ребенка перевозбуждает. Конечно, можно смотреть мультфильмы, фильмы, но не больше одного часа в день. Это разрушает психику ребенка – растормаживает, ему сложнее будет сосредоточиться [2].

**Используемые источники:**

1. <https://ds130.edusev.ru/about/news/1505266>
2. <https://sn.ria.ru/20200401/1569408962.html>