

В жизни родителей, чей ребёнок пошёл уже в какое-нибудь образовательное учреждение, хотя бы раз встречался с таким понятием, как карантин: <http://gaisad14.ru/index.php/novosti/item/116-profilaktika-grippa-i-koronavirusnoj-infektsii>

Мы сейчас все переживаем беспокойное и не совсем привычное для нас время. Как взрослым, так и детям пришлось столкнуться со многими вещами, которые поменяли наш обычный жизненный уклад. Это и смена привычной жизнедеятельности, иной режим дня, ограничение в свободе и, что немаловажно, мы все испытываем эмоциональные перемены. Это то время, когда есть возможность узнать друг друга лучше, интересы детей, помочь им проявить себя.

Уважаемые родители!

Вы можете проявить себя осознанными, внимательными и понимающими родителями. Вы можете стать для ваших детей источником вдохновения на новые, интересные дела, партнером, другом и союзником в их детском мире. Сделать это не так сложно, как вам может показаться. Самое главное, принять это решение и начать испытывать НЕ эмоции раздражения от вынужденного сидения дома, а эмоции радости от совместного проживания текущей ситуации вместе со своим самым близким человеком на свете - ребенком!

А в помощь вам в поиске идей для совместных дел, мы предлагаем вот такие ссылки:

- Если вы хотите **поиграть в подвижные игры**, вам сюда: https://daynotes.ru/podvignie_igri_dlya_detey_v_pomeshenii/

- Если вы хотите **порисовать**, вам сюда: <http://risuemdoma.com/video>

- Если вы хотите **почитать интересные книжки**, вам сюда: <https://mishka-knizhka.ru/skazki-dlay-detey/>

- Если вы хотите вместе **послушать аудиокниги**, вам сюда: <https://deti-online.com/audioskazki/>

- Если вы хотите **устроить домашнюю дискотеку** вам сюда: <https://www.youtube.com/playlist?list=PLJjGmM6lHmBZc40XpBWslYR0YYvqgu2bm>

- Если вы хотите **поговорить "о важном"**, вам сюда:

1. <https://vseprorebenka.ru/vospitanie/psihologija/krizis-7-let-u-rebenka.html>
2. <https://www.adme.ru/svoboda-psihologiya/11-sovetov-ot-mnogodetnoj-mamy-psihologa-chemu-opytu-doverayut-milliony-roditelej-2120815/>
3. <https://www.ya-roditel.ru/parents/consultation/>
4. <https://www.det-psi.ru/zadat-vopros/>

5. <https://mojmalysh.ru/?p=1867>
6. <https://schoolpsy.wordpress.com/2011/10/26/ответы-психолога-на-вопросы-родителя/>
7. <https://преодоление35.рф/sajty/> (все для родителей детей с ОВЗ)

- Если вы хотите **сделать игрушку своими руками из подручных средств**, вам сюда:

1. <https://www.adme.ru/svoboda-sdelaj-sam/11-klasnyh-igrushek-kotorye-vy-mozhete-izgotovit-s-detmi-pryamo-sejchas-1411465/>
2. <https://www.passion.ru/mama/obuchenie-i-razvitie-d...>
3. <https://www.uaua.info/ot-1-do-3/razvitie-ot-1-do-3...>

- Если вы хотите **построить необычные постройки**, вам сюда:

<https://razvivash-ka.ru/detskij-konstruktor-svoimi-rukami/>

- Если вы хотите **приготовить вместе что-то вкусненькое**, вам сюда:

<https://www.passion.ru/food/sostavlyajem-menyu/9-blyud-kotorye-legko-priготовit-vmeste-s-rebenkom-153812.htm>

- Если вы хотите, **вместе заняться спортом**, вам сюда:

<https://youtu.be/eIqGGK3becA>

- Если вы хотите **сделать аппликацию**, вам сюда:

1. <http://rodnaya-tropinka.ru/masterim-s-detmi-svoimi-rukami/applikatsiya-s-detmi/>
2. <https://tytmaster.ru/podelki-applikacii/>
3. <https://tratatuk.ru/materialy/podelki-iz-bumagi/podelki-dlya-detej.html>

- Если вы хотите **слепить что-то из пластилина**, вам сюда:

1. <http://ihappymama.ru/poshagovyy-master-klass-po-le...>

И не забываем соблюдать режим дня!!!

**Сидим
дома**

Режим дня дома.

8.00-8.30 Подъём. Утренний туалет. Утренняя гимнастика.
8.30-9.00 Завтрак.
9.00-9.20 Игры ребёнка.
9.20-10.00 Образовательная деятельность.
10.00-11.00 Физкультурный досуг.
11.00-12.00 Свободная деятельность, самостоятельные игры.
12.00-12.30 Обед.
12.30-13.00 Подготовка ко сну.
13.00-15.00 Полуденный сон.
15.00-15.30 Просмотр Тв передач
15.30-16.00 Полдник.
16.00-17.00 Игры.Творческая деятельность.
17.00-19.00 Физкультурный досуг. Подвижные игры.
19.00-20.00 Совместная деятельность, общение, чтение...
20.00-20.30 Ужин.
20.30-21.30 Самостоятельная деятельность ребёнка.
21.30-22.00 Водные процедуры. Подготовка ко сну.
22.00-8.00 Сон.



Если вы провели время интересно и увлекательно, и вы готовы поделиться своими успехами, мы ждем фото или видео на страничке:

<https://vk.com/club142913898>