

**Консультация для родителей**

На тему: «Чем занять ребенка 2-3 лет в период самоизоляции или время не для скуки»





 Уважаемые родители! В период самоизоляции в жизни вашего ребенка всецело принадлежат вам, самым близким и дорогим для него людям -родителям. Чем заняться с ребенком в это время?

 Игра - что может быть интереснее и важнее для ребенка? Игра - это не только удовольствие для малыша, это и радость, и познание, и творчество. Это то, ради чего он идет в детский сад. С помощью игры развиваются внимание, память, мышление, воображение, то есть качества, которые необходимы для дальнейшей жизни. А. С. Макаренко писал: «Игра имеет в жизни ребенка такое же значение, как у взрослого - деятельность, работа, служба. Каков ребенок в игре, таков во многом он будет в работе,

когда вырастает. Для того чтобы занять ребенка 2-3 лет дома интересной и полезной деятельностью можно организовать игры по ознакомлению детей с сенсорными эталонами.

 День малыша в детском саду заполнен интересными делами, неожиданными событиями, увлекательными прогулками и играми с ровесниками. А дома? Все заняты. Малыш начинает томиться, капризничать, сам себя не умеет занять.

 Малыш с интересом прислушивается и присматривается к взрослым, к окружающему его миру, делает открытия для себя. И важно в этот момент стать настоящим другом ребёнку, научить его использовать свободное время, что бы он почувствовал его, необходимость своего труда, занятий, игр.



**Подвижные игры для детей дома**

**Танцы**

Прекрасным вариантом **подвижных игр для детей дома могут стать танцы.** Они не только способствую развитию крупной моторики малыша, но и развивают его слуховое сосредоточение и внимание. Вот несколько вариантов танцевальных игр. Ребенок и вы можете просто двигаться под музыку так, как вам нравится.

**Танец с остановками**

Для этой игры понадобится ведущий, который будет периодически выключать музыку. Пока музыка играет, ребенок танцует, как только музыка остановилась, должен остановиться и ребенок. Задание можно усложнить: не просто остановиться, когда музыка кончится, а замереть в той позе, в которой он находился в этот момент. Когда музыка заново включается, ребенок опять начинает танцевать.

**Догонялки с домиками**

Домиками могут служить круги, выложенные из веревки, листы бумаги, разложенные на полу, части детского коврика, табуретки и диван. Мама догоняет малыша, но если малыш заскочил в домик, мама уже не может его осалить. Можно обойтись и без стационарных домиков: игрок может считаться «в домике», если он присел на корточки, сложил руки над головой в форме крыши и сказал: «Чур, я в домике».

**Ноги выше от земли**

Эта игра похожа на предыдущую, но мама не может осалить малыша, только если он оторвал ноги от земли: сел на диван или на пол и поднял ноги, лег на пол на живот и поднял согнутые в коленях ноги, повис на перекладине. Можно договориться, что находиться в домике можно до тех пор, пока салящий считает до 5 или до 10.



**Прятки дома**

Прятки – также одна из подвижных игр, в которые можно играть не только на улице, но и дома. Вариантов игр в прятки очень много. Главное во всех них – то, что ребенок «скрывается» от посторонних глаз сам или прячет какой-либо предмет, а ведущий ищет его или спрятанный предмет.

**Ищем клад**

Спрячьте в комнате или квартире «клад» (сладости или новую игрушку) и попросите ребенка его найти. Можно дать ему подсказку:

• загадать загадку о том месте, где спрятан клад;

• комментировать его действия словами «горячо – холодно», «теплее – холоднее».

**Домашний боулинг**

Соорудить игру, в которую можно играть хоть в одиночку, хоть всей семьей, проще простого, потому что «оборудование» найдется буквально в каждом доме. Берем мяч, подойдет любой спортивный или игровой мячик и 10 пластиковых бутылок. Импровизированные кегли можно сделать яркими, наполнив фантиками или цветной бумагой. Правила просты: мяч, как шар в настоящем боулинге, нужно направить на выстроенные кегли — чем точнее бросок, тем больше «кеглей» упадет. Для большей заинтересованности ребенка, придумайте ему интересный призовой фонд. А текущие результаты записывайте на большом листе бумаге.

**«Ручеек»**

На полу из двух скакалок или веревок делаем ручеек шириной полтора-два метра. Посередине раскладываем бумажные кружки — это камушки. Ребенку нужно перебраться с одного бережка на другой, наступая на островки и перепрыгивая камушки. Если оступился, берет паузу, чтобы «высушить» ножки на берегу. Нехитрое занятие тем не менее формирует у ребенка ловкость, равновесие и не даст заскучать во время карантина. А заодно малыш вдоволь напрыгается.



**Переброс**

Понадобятся несколько шариков двух цветов. Можно использовать шарики маленького размера. Надуйте шарики и разбросайте их по комнате. Поделите комнату на две части. Выберите цвет шариков, которые будете собирать вы, и какие — ребенок. Цель игры: быстрее соперника собрать на своей половине шарики своего цвета. Можно собирать шарики в большие пакеты или таз. Можно договориться, что оранжевые шарики – это тыквы, зеленые – кабачки, и собирать урожай.

**Волейбол**

Понадобится один надутый воздушный шарик. Цель игры: подталкивать шарик руками вверх так, чтобы он как можно дольше не упал. Ловить шарик руками нельзя.

Регулярная физическая активность укрепляет функциональные способности сердечно-сосудистой системы, развивает мышцы и кости ребенка и улучшает психологическое самочувствие. В отсутствие достаточной физической активности ребенок не имеет возможности куда-то направить свою энергию. В результате малыш становится беспокойным и неусидчивым, ему сложнее сконцентрироваться на какой-то определенной задаче. А для детей дошкольного возраста физическая активность особенно важна, так как она развивает мелкую и грубую моторику.

Нужно продолжать физическую подготовку детей во время карантина. Родители могут [заниматься зарядкой вместе со своими детьми](http://www.parents.ru/article/kak-5-letnyaya-doch-navki-i-peskova-treniruetsya-doma-video/), показывая им пример. Вместе заниматься физическими упражнениями веселее, да и взрослым не помешает разминка ☺