***Памятка для родителей***

***Чем заняться родителям с детьми в самоизоляции:***

*На неопределённый срок семьи оказались практически запертыми в собственных домах, квартирах. В дневное время важно давать детям разные задания с учетом возраста, распечатывать на листе бумаги: например раскраски или лабиринты.*

***Самоизоляция не повод грустить :***

*Неплохо занимают детей пластилин, конструкторы, раскраски-антистресс, рисование красками, фломастерами и карандашами, мягкий пластилин, готовые аппликации-вырезалки. Конечно, детям нужны и прогулки на свежем воздухе, поэтому в данной ситуации важно чаще проветривать квартиру, дом и выходит ( прогулка в пределах собственного двора).*

*Самое главное в дошкольном возрасте соблюдать режим. Всем дошкольникам нужен дневной сон. Поэтому когда дети спят, можно спокойно заняться своими делами. Если режим сбивается, то работать спокойно уже не получается из-за эмоциональной нагрузки: дети начинают капризничать, вечером становится труднее их укладывать спать.*

*Чем занять дошкольника во время самоизоляции ?*  
1*. Развивайте моторику.  
- смешайте крупы и кинетический песок. Детям нравится перебирать предметы в руках и сортировать;  
-лепите фигурки из солёного теста. Это полноценное развивающее занятие даст волю фантазии ребёнка.  
2. Больше читайте.  
Дошкольники любят проводить время за чтением вместе с родителями. Если ребёнок неусидчивый, то рассматривайте картинки и придумывайте по ним истории.  
3. Много двигайтесь.  
Для дошкольника важно быть активным и выплёскивать накопленную энергию.*

*4. Развивайте воображение.  
 Постройте вместе с ребёнком дом, рисуйте и сочиняйте сказки.  
5. Придумайте квест.  
Искать клад по можно по карте и по сказкам, отправиться в путешествие ,поставить семейный спектакль. Такие проекты занимают детей и учат их мыслить логически.*

*Рекомендация:*

*На сайте [Реши-пиши](https://reshi-pishi.ru/" \t "_blank) можно найти бесплатно сотни полезных и нескучных заданий для детей дошкольного и школьного возраста на логику*

*« Берегите себя и своих близких!»*

*Педагог - психолог – О.И.Чернец*

*03.04.2020г*