ДИТЯЧА ПСИХОЛОГІЯ

 **Чим зайнятися разом з дитиною під час карантину**

 **35 способів переключити дитину з віртуального світу на реальний.**

**1. Побудуйте замок із коробок**

Зберіть усі картонні коробки, які є у квартирі, і дозвольте собі ненадовго повернутись у дитинство. Побудуйте разом із дитиною замок.

**2. Влаштуйте полювання за скарбами**

Ця гра досить проста. Зберіть 10-20 предметів та сховайте їх у різних місцях у квартирі. За підказками або намальованою картою, дитина повинна відшукати всі скарби. Це допоможе зайняти дитину на кілька годин.

**3. Складіть список для читання**

Привчити дитину до читання легше, якщо це в ігровій формі. Складіть список оповідань, які має прочитати дитина. Як тільки вона впорається з одним оповіданням, він може викреслити один пункт зі списку та переходити до наступного завдання.

**4. Здійсніть онлайн-екскурсію по Лувру**

На час карантину багато всесвітньо відомих музеїв, у тому числі і Лувр, доступні в онлайн-режимі. Здійсніть екскурсію разом з дитиною та подивіться на знамениті картини.

**5. Займіться кулінарії разом з дитиною**

Випікайте печиво, кекси, торт - будь-які солодощі підійдуть! Під час приготування ви можете навчити дитину вимірювати інгредієнти та, звичайно ж, готувати.

**6. Влаштуйте пікнік у квартирі**

Постеліть у вітальні покривало, візьміть з холодильника їжу та влаштуйте пікнік всією сім'єю. Ви можете грати в гру, яка розвиває пам'ять. Кожен по черзі повинен вимовити фразу: "Я йду на пікнік і беру з собою ..." і додати назву якогось продукту або страви.

**7. Дресируйте собаку**

Якщо ваш домашній улюбленець ще не навчився виконувати команди «Сидіти» або «Ліжати», можна навчити його під час карантину. Приділяйте цьому заняттю годину на день. Дитині напевно сподобається це заняття.

**8. Проводьте з дитиною наукові експерименти**

За допомогою підручних засобів, які знайдуться в будь-якому будинку, ви можете проводити з дитиною наукові експерименти: зробити лаву із солі, води та рослинної олії, виростити кристали із солі, показати дитині веселку і т. д. Цим ви приведете дитину в повне захват викличете в нього інтерес до науки.

**9. Знімайте відео для соціальних мереж**

Карантин - добрий час для того, щоб зняти з дитиною відео для Instagram або Tik-tok. Розучите з дитиною танець та зніміть його на відео.

**10. Дотримуйтесь порядку**

Можливо, дитині й не потрібно ходити до школи, але й на карантині краще дотримуватись звичного розпорядку дня. Це сприяє хорошому самопочуттю дитини і дозволяє йому встигати більше протягом дня.

**11. Досліджуйте Марс**

Знайдіть в інтернеті сайт, де через панорамну камеру транслюються зйомки з поверхні Марса. Це викликає у нього інтерес до астрономії.

**12. Напишіть разом із дитиною оповідання**

Прочитайте разом із дитиною книгу. Запропонуйте йому написати продовження у формі невеликої розповіді.

**13. Зробіть сенсорну коробку**

Візьміть велику картонну коробку та наповніть її будь-яким матеріалом, який дозволить ваша фантазія. Це розвиває тактильну чутливість дитини. Він буде грати з коробкою годинник безперервно.

**14. Не зловживайте електронними пристроями**

Під час карантину не давайте дитині необмеженого доступу до електронних пристроїв. Давайте йому планшет або смартфон лише тоді, коли він вивчить уроки та зробить роботу по дому.

**15. Облаштуйте місце для навчання**

Можливо, це не найкраща розвага для дитини. Але це полегшить навчання під час карантину. Виділіть місце в квартирі, де дитина зможе займатися: це може бути парта або письмовий стіл. Окреме місце для навчання допоможе дитині зосередитись.

**15. Давайте дитині час на відпочинок**

Дитині важливо не запускати навчання під час карантину. Але водночас необхідно давати йому перепочинок. Після того, як він виконає кілька завдань, дайте час пограти.

**16. Напишіть листа**

Йдеться не про електронну пошту, а про паперові листи. Напишіть разом з дитиною листа тому, кого ви любите, наприклад, бабусі та дідусеві.

**17. Спілкуйтесь із родичами по Скайпу**

Скайп – ще один гарний спосіб підтримувати зв'язок із рідними та близькими під час вимушеної ізоляції. Спілкуйтесь із родичами, які живуть далеко, і про здоров'я яких ви турбуєтеся.

**18. Ведіть з дитиною щоденник подорожі**

Згадайте останній раз, коли ви були у подорожі. Обміняйтеся з дитиною спогадами та запропонуйте їй записати їх у щоденник.

**19. Зробіть прибирання разом із дитиною**

Прибирання може здатися дитині не такою вже веселою справою. Але коли вся сім'я залишається на карантині, в будинку швидко з'являється безлад. Виділіть трохи часу (наприклад, 15 хвилин на день) на прибирання.

**20. Грайте з дитиною у настільні ігри**

Грайте у ігри, які подобаються дитині. Якщо він не грає в настільні ігри, карантин – слушний час, щоб навчити його грати в «Монополію» або «Уно».

**21. Збирайте пазли**

Виберіть пазл, який буде не надто складним для дитини. В іншому випадку він втратить інтерес до цього заняття.

**22. Грайте з дитиною у шашки**

Дитині сподобається грати в шашки, розумітися на тонкощах гри, вигадувати стратегію. Якщо він вже досяг певної майстерності, ви можете влаштувати з ним змагання.

**23. Навчіть дитину грати у шахи**

Гра в шахи має багато переваг для дитини. Навчіть його правилам гри та покажіть прості ігрові стратегії.

**24. Зіграйте з дитиною у гру «Крокодил»**

Це класична гра, яка позбавить і вас, і дитину від нудьги. Гра полягає в тому, що один учасник повинен показати слово за допомогою пантоміми, а інші відгадати його.

**25. Влаштуйте вечір малювання**

Візьміть листи ватману, фарби, кисті та дозвольте дитині малювати все, що вона захоче.

**26. Випікайте з дитиною піцу**

Використовуйте для начинки все, що знайдете у холодильнику.

**27. Запропонуйте дитині вести щоденник**

Записувати свої думки – гарний спосіб позбутися нудьги

**28. Займіться з дитиною медитацією**

Навчіть дитину вправам для медитації. Можна використовувати для цього відеоуроки на Youtube або спеціальні програми смартфона.

**29. Зіграйте з дитиною у класики**

Використовуйте паперовий скотч, щоб накреслити клітинки на підлозі і дозвольте дитині пограти в класики.

**30. Зробіть картки**

За допомогою карток добре вивчати іноземні мови чи математику. Зробіть їх разом із дитиною та використовуйте у навчальному процесі.

**31. Зіграйте з дитиною у «протилежності»**

Ця вправа добре підходить для маленьких дітей та розвиває їхній словниковий запас. Ви повинні сказати слово, а дитина - протилежне йому (наприклад, всередині-зовні, спускатися-підніматися і т. д.).

**32. Вирізуйте ножицями**

Це заняття допомагає дитині розвивати моторику. Навчіть дитину вирізати фігури з паперу за контуром.

**33. Дозвольте дитині приміряти різні вбрання**

Це заняття ніколи не набридне дитині.

**34. Створіть перелік фактів про тварин**

Дозвольте дитині вибрати тварину. Проведіть разом із ним дослідження. Складіть список фактів, які ви зможете знайти про цю тварину в інтернеті, книгах тощо. Поповнюйте список новими фактами.

**35. Навчіть дитину відеомонтажу**

Навчіть дитину користуватися монтувати відео у Youtube або за допомогою додатків у смартфоні. Це вміння знадобиться йому у майбутньому. Хто знає: можливо, дитина захоче завести свій канал