ДОШКІЛЬНИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД (ЯСЛА-САДОК) №1 «ДЗВІНОЧОК»
КОМУНАЛЬНОЇ ВЛАСНОСТІ САРНЕНСЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ

Поради для батьків та діток

«Як зробити своє дозвілля цікавим та різноманітним?!»



Підготувала практичний психолог
Козій Ірина Василівна

Карантин.
Як зробити своє дозвілля цікавим та різноманітним?!
Декілька цікавих порад для батьків та їхніх діток!

Відчувати шалене напруження через невідому інфекцію цілком нормально, однак карантин не час для паніки. проводячи час вдома, налаштуйте себе та своїх рідних на позитив!



Домашні справи можуть перетворитись у цілу низку цікавих пригод, варто лише пофантазувати!

План С: пограти з власною дитиною

Ранкова зарядка:

Під час карантину дуже не хочеться вставати з ліжка, особливо дітям. Для того, щоб ранок розпочинався з користю, рекомендуємо зайнятись разом зарядкою.



Традиційний Сімейний сніданок:

Ще одна гарна традиція, на яку зазвичай не вистачає часу. Спільний прийом їжі зранку є чудовою нагодою спланувати свій день (бо домашнє обмеження в пересуванні). Саме ранком ви можете обрати чим би хотіли розважитись в цей день.



Прибирання може бути цікавим:

Щоб прибирання було цікавішим та не набридало, проведіть турнір з чистоти. Кожного дня можна придумувати нові змагання. Наприклад: розділити квартиру на зони, хто чистіше прибере свою ділянку отримає право вибору фільму для перегляду. Чи можна зробити прибирання у вигляді квесту, де першим етапом буде прибирання підлоги, другим поверхонь, третім миття посуду, за кожен етап нагорода - хто переможе той отримає десерт.



Приготування їжі:

Разом готувати завжди веселіше, для того, щоб заохотити ваших дітей допомагати вам на кухні, назначте їх старшими з приготування їжі. Хай саме вони обирають страви для обіди чи вечері. Відчути себе на кухні майстер-шефом дуже приємно, погодьтесь? Не варто сильно переймatись у випадку кулінарної невдачі, адже у вашого шеф кухаря саме ви будете со-шефом.

Незвичайні способи малювання:

Відбитки пальців. (вік від 2 до 6 років).

Підготуй такі речі: шматочки мочалки; фарби; вода; пензлик; ручки, олівці або фломастери. Спочатку наносимо фарбу на мочалку пензликом. Тепер притиснемо до мочалки пальчик.

Усе — на папері можна залишати кольоровий відбиток!



Малювання харчовою плівкою (вік від 2 до 6 років).

Нанесіть плями кількох кольорів акварельної фарби або гуаші на всю поверхню аркуша. Накладіть зверху плівку та промалюйте, злегка натискаючи на плівку, різноманітні лінії. Дайте фарбі висохнути і зніміть плівку. Доведіть малюнок до завершення фломастерами або олівцями.

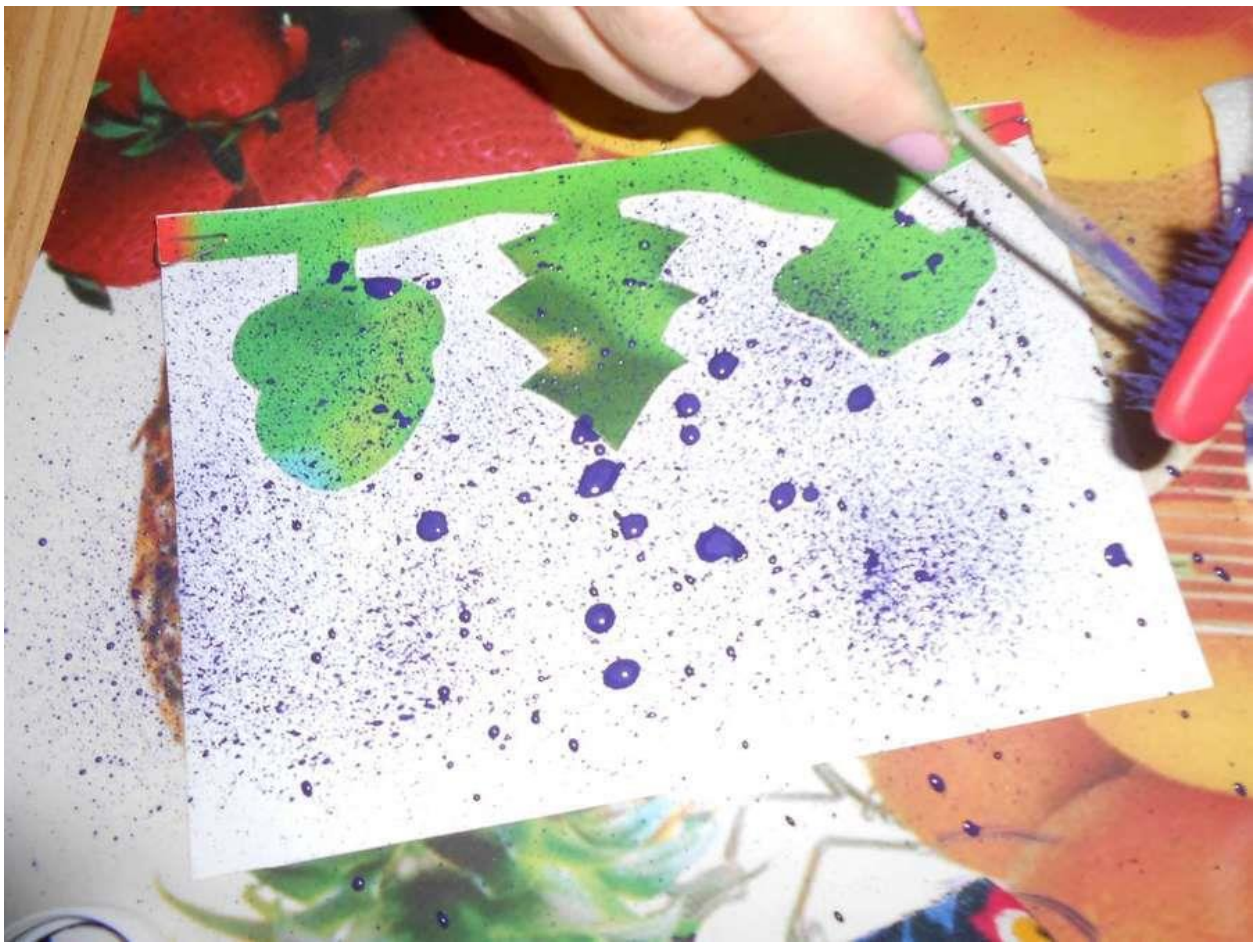
Малювання по сирій поверхні (вік від 2 до 15 років).

Техніка дуже проста: змочіть аркуш паперу водою, дайте підсохнути 30 секунд і починайте малювати акварельними фарбами. Фарби розтікаються в різних напрямках і виходять дуже цікаві розводи (квіти, дерева, химери).



Дмухавки. Правила. (вік від 2 до 15 років).

Зробити ляпку. Дмухати на ляпку фарби через соломинку в різних напрямках в залежності від задуму. Домалювати необхідне пальчиком, пензлем, жмаканим папером.



Малювання бризками (вік від 2 до 15 років).

Найголовніше тут – опанувати техніку «набризку». На суху зубну щітку з досить жорсткою щетиною нанесіть гуаш, трохи менше, ніж ви зазвичай кладете зубної пасти. Консистенція фарби – трохи густіша, ніж паста, тому вода тут зазвичай не потрібна. Тримайте щітку в лівій руці щетиною вниз на відстані 3-4 см від паперу і паличкою скребіть щетину у напрямку до себе. Дуже красивий різнобарвний «набризк» (салют) і жовто-червоний (золота осінь) на білому аркуші; білий «набризк» на темно-синьому тлі (зимовий пейзаж).

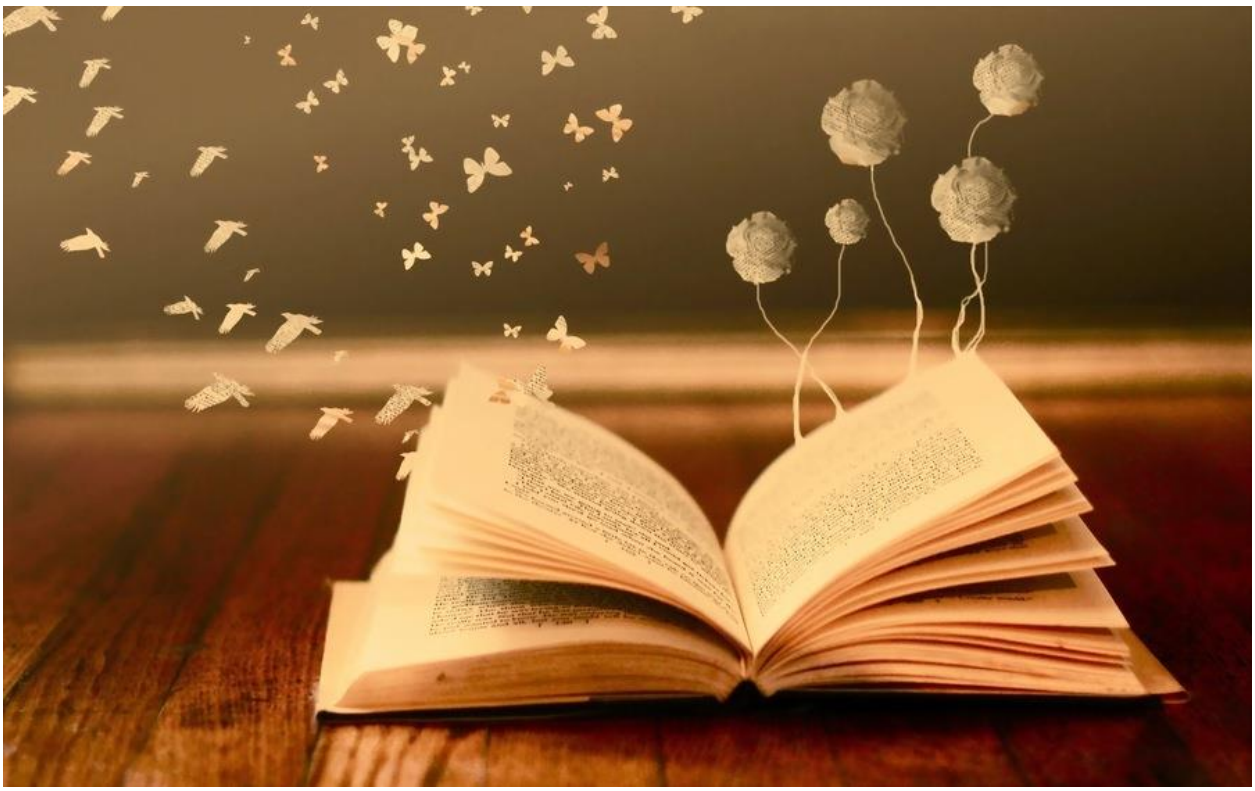
Ігри з книгами (вік від 2 до 10 років)

Фантазер.

Правила. Візьміть якусь дитячу книжку з картинками. Уважно розгляньте картинки разом із малюком і придумайте історію, не пов’язану з тією, про яку написана книга. Кілька разів виконайте це разом, а потім дитина і сама долучиться до вигадування.

Придумайте кінець історії.

Когнітивні здібності можна розвивати за допомогою звичайних оповідань або казок. Прочитайте частину історії та попросіть дитину подумати, що могло статися далі. Обговоріть варіанти, а потім дочитайте розповідь до кінця. Можливо, деякі моменти будуть навіть вгадані!



Детектив.

Інший варіант цієї гри, коли мама чи тато, не показуючи дитині картинку, розповідає, що на ній зображено і зариває книгу. А дитина повинна знайти цей малюнок, орієнтуючись за маминим описом. Потім помінятися ролями: описує дитина, шукає дорослий.

Створи свою історію.

Грати треба вдвох. Потрібен великий аркуш паперу чи блокнот, в якому буде записуватись ваша історія та різнокольорові фломастери. Один гравець загадує сторінку та номер стрічки, другий в книзі знаходить за координатами стрічку та виписує її на папір. Коли з різних речень буде сформовано текст, можна разом придумати головних героїв визначитись з жанром вашої історії та зробити малюнки до казки.

Розвиваючі ігри



Будуємо шалаш (вік від 2 до 10 років).

Будиночки в дитинстві не будували тільки ледачі. Коли почнете споруджувати з дитиною будинок із табуреток, ковдр, подушок і коробок, самі того не помічаючи, повернетеся у дитинство! І обов’язково захочете спорудити свій особистий шалаш для читання і медитації.

Зробіть телефон власноруч (вік від 2 до 6 років).

Саморобний телефон можна «сконструювати» за допомогою двох паперових стаканів і мотузки, протягнутої між ними. Трубки від вашого телефону можна прикрасити красивими стрічками, наклейками та блискітками! Коли закінчите майструвати, настане найцікавіше — розійтися в різні кутки кімнати і поговорити!



Озвучка (вік від 2 до 15 років).

Коли в телевізорі відключається звук, а на мультики, кіно або новини придумується власна озвучка. Дитина услід за дорослими перевтілюється на справжнього артиста!

Вгадайка (вік від 2 до 6 років).

Зав’яжи малюкові очі шарфиком і давай у руки по черзі різні предмети: м’яку іграшку, м’яч, тарілку, зернятка, книгу тощо. Завдання дитини – вгадати на дотик, що у нього в руках. Ускладнити гру можна, якщо вгадувати речі по запаху або, наприклад, за смаком.



Тіні (вік від 2 до 6 років).

Загадково і заманливо показувати театр тіней на стінці при запаленій свічці. Тут включається фантазія і творчість. Але не варто обмежуватися лише літаючими пташками або гавкаючими собаками із рук. Виріж разом із дитиною з паперу силуети героїв відомих казок, і розіграйте їх за ролями.



Посадити і виростити рослину (вік від 2 до 10 років).

Привчити дитину нести відповідальність і не забувати про догляд. Квітка – не пес чи кіт, тож сильно не заважатиме.

Скарбничка (вік від 2 до 15 років)

Зробити скарбничку і навчити дитину правильно витрачати гроші. Можливо, навіть ввести список заробітку. Щоб отримати гроші – треба їх заробити. Полив квітку – 5 гривень, прибрав іграшки – 10 гривень, застелив ліжко – 15.

Проста наука або цікаві досліди в домашніх умовах (вік від 2 до 12 років)

Саморобний блокнот (вік від 2 до 12 років)

Створіть яскравий особистий блокнот для дитини, де можна записувати її графік на день або на тиждень. Оформіть і прикрасьте разом новий блокнот і внесіть перші завдання для дитини. З таким підходом навіть завдання «прибратися у кімнаті» буде виконуватися з великим бажанням.



Колаж бажань (вік від 2 до 15 років)

Прикрашаємо стіну і вчимо дитину йти до своїх цілей і бажань. Візуалізуємо її мрії і заодно креативно проводимо час, шукаючи необхідний матеріал та вирізаючи потрібні форми.

Для того, щоб заняття не набридали вашим дітям, слід кожного дня пробувати щось нове. Головне, пам’ятайте про те, що дитині потрібна не лише ваша увага, а й час зробити щось самостійно. Тому давайте власним дітям можливість відчувати себе поруч з вами особистістю. В першу чергу, це стосується свободи вибору та особистого простору. Для того щоб не набриднути один одному, давайте собі відпочинок від хатніх справ і читайте лише позитивні новини!

«Психологія для дітей».

20 ідей для дошкільників.

ТОП 20 ІДЕЙ
ВІДЕОРОЛИКИ ДЛЯ ДОШКІЛЬНЯТ

1. Ігри з манкою: малювання пальчиками, фарбування манки, створення малюнків за допомогою манки.
2. Ігри з водою. Переливання води в різні ємності, в друшляк. Рахуємо скільки склянок води ввійде у велику каструлю, а скільки в маленьку.
3. Фарбуємо воду у різні кольри. Змішуємо і отримуємо різні кольори.
4. Ігри з крупами. Які крупи є на кухні. Які страви можна приготувати з круп.
5. Виготовлення різних поробок з круп. Насипання круп у прозорі пляшки для утворення необхідних послідовностей: спочатку манка, потім гречка, рис, горох і знову манка і т. д.

Дитячий садок

ВІДЕОРОЛИКИ ДЛЯ ДОШКІЛЬНЯТ

6. Ігри з макаронами. Будування різних конструкцій зі спагетті, нанизування макаронів – трубочок на ниточку.
7. Поробки з туалетного паперу: створення маси для ліплення з туалетного паперу. Цікавий варіант проявлення малюнку, коли туалетний папір намокає.
8. Досліди в домашніх умовах: вулкан з соди та уксусу, масло і вода, молоко, фарби та рідина для миття посуду тощо.
9. Читання невеличких казок, історій.
10. Пальчиковий театр – можна фломастером намалювати очі та ротик на кожному пальчику та розказати веселу казочку чи віршик.

Дитячий садок

ВІДЕОРОЛИКИ ДЛЯ ДОШКІЛЬНЯТ

11. Театр в дверях. Натягнути тканину у дверному проході, ляльку виготовити зі шкарпетки
12. Примірка капелюхів. Зібрати декілька головних уборів: хустка, шапка, капелюх, кепка і зняти ролик про те, що і в яку погоду ми одягаємо.
13. Готуємо різні страви. Які продукти ми використовуємо для приготування борщу, супу, салату, печива тощо.
14. Догляд за кімнатними рослинами. Можна зробити відеоогляд своїх вазонів, розказати про правила догляду, в один з яких розмістити декоративну фігурку і розказати якусь цікаву історію про неї.
15. Нетрадиційне малювання: малювання штампами з картоплі, моркви, капусти тощо

Дитячий садок

ВІДЕОРОЛИКИ ДЛЯ ДОШКІЛЬНЯТ

16. Вимірювання.Показуємо як можна виміряти будь-що за допомогою різних предметів.

17. Ігри з ґудзиками, намистинками, відтворення певних послідовностей.

18. Малювання піною для гоління.

19. Ліплення з солоного тіста.

20. Фізкультхвилинки та руханки, ритмічні пісеньки.

Дитячий садок