**«Как можно сделать период карантина**

**для детей младшего дошкольного возраста интересным, а для родителей безпроблемным»**



**Уважаемые родители!**

**Главное спокойствие, только спокойствие - не паникуйте!**

В связи с угрозой распространения инфекции коронавируса в России, по всей стране презедентом объявлен карантин. Карантин это комплекс ограничительных и режимных противоэпидемических мероприятий, направленных на ограничение контактов.  У многих родителей начинаются проблемы. Чем занять ребенка? Как совладать с неугомонным ребенком?

Объясните ребенку, что карантин это не страшно, дети тонко чувствуют настроение родителей.

**Помните, что режим дня во время карантина – прежде всего.**

Уважаемые родители, постарайтесь выстроить режим дня так, чтобы у вас хватало время на работу и на занятия с детьми. Рекомендуем за основу режима дня, взять режим группы, которую посещает ваш ребенок. В каждой возрастной группе режим соответствует возрастным особенностям детей.

**Не забывайте мыть руки с мылом,** ичтобы процесс мытья рук стал ребенку интересен, превратите его в игру, используя потешки, пример:

1. Мою ручки до локтей,

Я водой похолодней.

А потом лицо и шею

Я намылю поскорее.

Стану сразу чистый-чистый,

И веселый, и лучистый.

1. Знаем, знаем - да-да-да!

В кране прячется вода!

Выходи, водица!

Мы пришли **умыться!**

Лейся понемножку

Прямо на **ладошку!**

Будет мыло пениться

И грязь куда-то денется!

1. Кто не моет руки с мылом

От среды и до среды.

На мохнатом полотенце

Отпечатаны следы.

Нам водичка - добрый друг,

Скажут люди все вокруг.

Мы на руки воду льем,

А потом, играть пойдем.

Говорим тебе - спасибо,

Ты даешь ребятам силу.

1. Закатаем рукава,

Открываем кран - вода.

Моем глазки, моем щечки,

Моем уши и ладошки!

- Посмотрите, крошки,

- На свои ладошки.

Ах, какие ладошки!

-Чистые ладошки!

1. Лейся, чистая водичка,

Ты умой мне чисто личико,

Шейку, ручки умывай,

Ничего не забывай!

Мылом, мылом чисто мойся,

Ни о чем не беспокойся.

Мыло не кусается, просто умывается.

1. В руки мыло мы возьмем,

И водичку мы польем,

Моем руки быстро, быстро, быстро.

Моем чисто, чисто, чисто!

А потом лицо умыли,

Глазки тоже мы промыли,

Полотенцем утирались,

На себя мы любовались!

**Так же дети с большим интересом любят играть в пальчиковые игры,** поиграйте вместе с ребенком и вам понравятся эти игры. Пальчиковые игры продемонстрированы на сайте детского сада.

**Просмотр мультфильмов тоже завлекает детей, главное - знать меру**. Познакомьте детей с коллекцией мультфильмов своего детства, поверьте вашим детям они тоже понравятся.

1. Гуси – Лебеди;
2. Бременские музыканты;
3. Бобик в гостях у Барбоса;
4. В стране не выученных уроков;
5. Вовка в Тридевятом царстве;
6. В лесу родилась ёлочка;
7. Волк и семеро козлят;
8. Винни – Пух;
9. Гадкий утёнок;
10. Дюймовочка;
11. Дед Мороз и лето;
12. Доктор Айболит;
13. Двенадцать месяцев;
14. Кошкин дом;
15. Кот в сапогах;
16. Колобок;
17. Как львёнок и черепаха пели песню;
18. Клад;
19. Карлсон вернулся;
20. Котёнок по имени Гав;
21. Кто сказал «мяу»?;
22. Кот Леопольд;
23. Летучий корабль;
24. Мойдодыр;
25. Мама для мамонтёнка;
26. Муха-цокотуха;
27. Приключение поросёнка Фунтика;
28. Про бегемота, который боялся прививок;
29. Паровозик из Ромашкова;
30. Стрекоза и муравей.

**Настольные игры** для детей требуют от взрослых сопровождение, найдите время, поиграйте. Так же детям будет интересно смастерить игру вместе с родителями. <http://rodnaya-tropinka.ru/masterim-s-detmi-svoimi-rukami/> Пройдя по ссылке вы сможете найти большой каталог «Мастерим с детьми своими руками». В нем, вы найдети разные техники рисования, сможете лепить с ребенком, делать поделки. Чтобы вам было удобнее выбирать поделки, в рубрике создан каталог мастер-классов.

**Уважаемые родители, не забудьте про дневной сон.** Для детей он очень важен. Как уложить ребенка спать – 5 способов уложить ребёнка спать днём:

**1 способ. Посмотрите на ситуацию глазами ребенка.** Представьте себе: середина дня, любимые куклы или машинки отправились в интереснейшее путешествие, ты весь в игре, тут важна каждая деталь, и вдруг приходит мама и говорит: «Потом доиграешь, сейчас пора спать!» Ребенок не столько возражает против сна, сколько против разрыва его реальности и прерывания игры. Попробуйте сначала присоединиться к игре малыша, а потом вплести в ее сюжет необходимость отдыха. Можно предложить карапузу уложить спать куклу или взять ее с собой в кровать. Если кукла начнет капризничать (озвучивает взрослый), попросите ребенка (уже из своей роли мамы) помочь ей заснуть. Обсудите, что именно нужно сделать, чтобы кукла заснула.

**2 способ. «Давай просто полежим».** Если ребенок особо ничем не занят, но активно возражает именно против сна, **установите правило**: «Сейчас время отдыха и тишины». **Признайте чувства ребенка:** «Тебе совсем не хочется спать», после этого **предложите альтернативу:** «Ты можешь просто тихонько полежать даже с открытыми глазами или закрыть глазки и вместо сна о чем-то пофантазировать». При этом хорошо бы задернуть занавески.

**3 способ. Режим и ритуалы!** Как бы банально это ни звучало, но детям полезен режим. Им гораздо проще придерживаться четких границ, дающих ощущение опоры и незыблемости мира, чем каждый раз подстраиваться под новые настроения и пожелания родителей. Режим формирует привычку, рефлекс, и в положенное время глаза сами начинают слипаться. Если ребенок посещает детский сад, лучше даже в выходные дни будить его утром и укладывать спать днем и вечером хотя бы приблизительно в то же время, что и в будни. Перед сном может происходить что-то приятное, «ритуальное». Например, поглаживание по спинке, головке, ножке, ручке и т.д.

**4 способ. Выключаем мультфильмы!** Помимо желаний или нежеланий ребенка и родителя есть биологические законы функционирования мозга. Эволюция – штука гораздо более медленная, чем технический прогресс. Поэтому мозг наш в вопросах сна/бодрствования все еще ориентируется на свет-темноту и выработанные привычки, а не на удобство рабочего дня. Когда ребенок фиксирует взгляд на экране, ярком световом пятне с быстро меняющимися картинками, мозг получает сигнал, что настал солнечный день и надо веселиться и радоваться, но никак не спать. Поэтому этот совет скорее про то, что НЕ делать. И касается он как дневного, так и ночного сна. Все мультфильмы - не позднее, чем за 40 минут до сна.

**5 способ. Лягте спать сами!** Лучший способ что-то объяснить и показать.

**Чем занять ребенка в 3-4 года дома, пока мама занята: самостоятельные игры малышей**

Уважаемые родители, поймите правильно, что речь не идёт о том, чтобы избавиться от ребёнка. Вопрос стоит несколько иначе. Трехлетний ребенок любит быть самостоятельным, иногда он не хочет играть сам, без взрослых. Но помните, сначало вам нужно научить ребенка самостоятельной игре.

**Конструктор**

Эта одна из самых любимых игрушек детей любого возраста. Научив ребенка играть с конструктором, папы и мамы могут быть спокойны.

**Пазлы**

Увлекательны для детей и крупные пазлы, например, «Моя ферма», «Кто где живёт» – 3D пазлы. И в эту игру мы должны научить играть.

**Мозаика**

Мозаики также незаменима и увлекательна. Способствует развитию мелкой моторики, художественного вкуса и усидчивости. К тому же, мозаика выкладывается необязательно по образцу, и ребёнок может сам создавать новый узор, чувствуя себя настоящим творцом.

Навыки самостоятельной игры, очень важны. Помните, все члены семьи должны придерживаться одних и тех же правил, и тогда ребенок будет радовать близких успехами и достижениями.

**Игры и эксперименты с мамой на кухне**:

**1 ИГРА: *«Угощаю».***

Предложить ребёнку вкусные слова и угостить друг друга. Ребёнок называет *«вкусное»* слово и *«кладёт»* Вам на ладошку, затем Вы ему, и так до тех пор, пока всё не кончится. Можно поиграть сладкие, кислые, горькие слова.

**2 ИГРА: *«Нюхачи».***

Предложить ребёнку несколько стаканчиков с различными пахучими продуктами (лук, чеснок, апельсин и т. д.), накройте салфеткой и предложите по запаху определить, что лежит в стакане.

**3 ИГРА: *«Определи на слух».***

В непрозрачные баночки или, как у меня капсулы от киндер-сюрприза положить разные крупные и мелкие предметы,*(горох, гречка, манка, монеты, сахар и т.д. )* предложить ребёнку отгадать на слух, что лежит в капсулах. Давайте и мы попробуем поиграть в эту увлекательную игру.

**ЭКСПЕРИМЕНТ №1 *«Сортировка»***

Как вы думаете, возможно, ли разделить перемешанные перец и соль?

Нам понадобится:

Лист бумаги

1 чайная ложка (5 мл.) соли

1 чайная ложка (5 мл.) молотого перца

1 шарик

Ложка

Шерстяная варежка

Помощники

Подготовка:

1. Расстелить лист бумаги.

2. Насыпать на него соль и перец.

Начинаем научное волшебство!

Уважаемые родители попробуйте отделить перец, от соли используя предложенные предметы, (когда родители всё перепробуют), объясняю, что нужно надуть шарик потереть его о шерстяную вещь, поднести близко к перцу он примагнитится к шарику.

**ЭКСПЕРИМЕНТ №2 *«Вулкан»***

Также можно устроить с ребёнком *«Вулкан на кухне».*

В стакан наливаем уксус, в другой стакан насыпаем соду, добавляем немного гуаши

красного цвета. В соду с гуашью вливаем уксус, происходит реакция. Вулкан извергается!

**ЭКСПЕРИМЕНТ №3 *«Перелевашки»***

*На столе лежат предметы: ложка, губка, игрушечная кружка.*

Попробуйте перелить воду из одной тарелки на другую, но руками брать тарелки нельзя!

**Уважаемые родители не забывайте о безопасности детей!**

**Буклет для родителей**

**«Безопасное кресло»**

**Уважаемые родители!**

Многие из вас являются автомобилистами, осуществляющими перевозку детей в детский сад на личном автотранспорте. Поэтому чтобы ваша машина была оазисом безопасности для вашего ребенка, **беспрекословно соблюдайте правила перевозки детей в автомобиле!**

Вся суть в том, что ребенка в возрасте до 12 лет необходимо перевозить в автомобиле только с использованием специальных детских удерживающих устройств, соответствующих весу и росту ребенка, или иных средств, позволяющих пристегнуть ребенка с помощью ремней безопасности, предусмотренных конструкцией транспортного средства, а на переднем сиденье легкового автомобиля — только с использованием специальных детских удерживающих устройств. Это детские кресла, которые продаются практически в каждом автомагазине, все они делятся на группы по возрасту и весу ребенка. Не старайтесь брать кресло совсем на вырост. Помните, что здоровье и жизнь вашего ребенка дороже всего.

Некоторые родители уверены, что правила перевозки детей в автомобиле это их личное дело и они сами в праве решать как им поступить. Но статистика говорит об обратном. Детское кресло может вполне реально спасти жизнь вашему ребенку. Подумайте что лучше – рисковать жизнью ребенка или купить детское автокресло? Конечно это не панацея от всех случаев, но шансы получения увечий резко снижаются

**Правила безопасности перевозки детей в автомобиле**

**1.**В обязательном порядку используйте для перевозки детей, недостигших 12 лет, специальные удерживающие устройства – оборудованные [детские автокресла](https://infourok.ru/go.html?href=https%3A%2F%2Finfourok.ru%2Fgo.html%3Fhref%3Dhttp%253A%252F%252Fwww.avtokreslakarapuz.ru%252F). Чтобы правильно выбрать изделие, следует заранее ознакомиться с таблицей существующих категорий и дополнительно проконсультироваться с продавцом непосредственно в специализирующемся магазине.

**2.** Автомобильно кресло должно быть закреплено на заднем сидении посередине, чтобы при аварии ребенок не пострадал от сработавшей подушки безопасности.

**3.** Старшие детки должны сидеть  на заднем сидении, а ремень безопасности должен всегда быть пристегнут даже тогда, когда речь идет о кратковременной поездке. Самое главное – научиться правильно пристегивать малыша – так, чтобы ремни безопасности не впивались в тело, не пережимали шею или грудь,  но и не позволяли пассажиру слишком свободно двигаться.

**4.**Настройте зеркало так, чтобы ребенок всегда был в поле зрения, и была возможность без лишних движений увидеть, чем он занят.

**5.**Наклейте наклейку «Ребенок в машине» на заднем и лобовом стекле или же положите подушку/игрушку с такой надписью, чтобы остальные водители были также крайне осторожны на дороге, увидев такое предупреждение.

**6.**Не оставляйте ребенка одного в машине, даже если вы уходите на короткое время или покупаете что-то, стоя в двух шагах от машины. Возьмите ребенка с собой, тщательно заприте машину, и даже если ребенок спал, разбудите его или возьмите на руки.

**7.**Вещи, которые можно положить в багажник, туда следует и поместить. Во-первых, ребенок способен незаметно достать из поклажи потенциально опасные предметы (например, дорожные ножи). Во-вторых, при резком торможении тяжелые сумки могут на него упасть или прижать его, причинив травмы.

**8.**Перекусы в движущейся машине добавляют риска поперхнуться. А леденцы на палочке, которыми нередко «успокаивают» капризничающих в дороге детей, при резком торможении могут сильно поранить ротоглотку.

**9.** Чтобы не заставило взрослых выходить из машины (от необходимости заправить бензобак до требования госавтоинспектора, стоящего поодаль), детей нужно забрать с собой.

**Автокресло –** единственное безопасное для ребенка место в автомобиле. Дети, не достигшие двенадцати лет, могут перевозиться в машине лишь в специальном детском автомобильном кресле. Оно устанавливается исключительно на заднее сидение и крепится специальными фиксаторами до щелчка, а также ремнями безопасности.



**Уважаемые родители!**

Отнеситесь с пониманием, соблюдайте карантин!

Будьте здоровы и помните, дети – отличная компания!

Главное подберите правильный подход и позитивный настрой.

И наши вынужденные выходные пройдут с пользой, весёлыми моментами, а главное – без головных болей!

*С уважением, ваш воспитатель Малкова А.С.*