**Рекомендации дня родителей в период самоизоляции.**

Уважаемые родители организовывайте свой день так, чтобы как можно меньше распорядок дня ребенка дома отличался от распорядка дня в детском дошкольном учреждении. Ведь карантин закончится, и дети вернутся к привычной размеренной жизни в детском саду. И лучше, чтобы малышу не пришлось заново к нему привыкать. Родителям нужно понимать, что изменилось только место пребывания большей части дня ребенка, а его деятельность должна и впредь быть такой, как и была (по возможности, или немного изменена). Важно, чтобы у ребенка были четкие ожидания по поводу того, что будет происходить в течение дня — когда будет время для игр, чтения и отдыха.

**Гигиенические процедуры**

Каждый день должен начинаться с гигиенических процедур: чистка зубов, умывание. Многие родители сталкиваются с проблемой - дети неохотно выполняют данные процедуры. Для того, чтобы у детей было желание, можно совместно с детьми придумать сказку о том, почему важно чистить зубы или же провести данные процедуры в игровой форме.

**Зарядка**

Если Вы решите впервые включить этот пункт в режим дня, прислушайтесь к следующим советам:

1. Участвовать в зарядке должны все члены семьи. Именно тогда дети будут воспринимать ее серьёзно.

2. Первые несколько дней зарядку проводит взрослый для установки комплекса упражнений. Далее возможность проводить зарядку можно передавать по очереди всем членам семьи.

3. Комплекс упражнений рекомендуется проводить, начиная с головы и заканчивая ногами.

4. Упражнения должны соответствовать возрасту детей.

5. Зарядку рекомендуется проводить под детскую ритмичную музыку

**! Видео-подсказка:**  [Веселая Мульт-зарядка](https://www.youtube.com/watch?v=QuqQcy6DsGE)

**Игровая деятельность**

Игра всегда привлекает ребенка. Она является ведущей деятельностью в дошкольном детстве.

Развивающим играм относятся игры на логику, память, развитие речи и мышления. Все игры подбираются в соответствии с возрастными, физиологическими и психологическими особенностями и потребностями ребёнка.

Подвижные игры имеют огромное значение в жизни ребенка, так как представляют собой незаменимое средство получения ребенком знаний и представлений об окружающем мире.

*К таким играм относятся:* «Кошки-мышки», «Прятки», «Море волнуется раз» и т.д.

В сюжетно-ролевых играх ребенок воспроизводит и моделирует уборку, стирку, прием пищи, одевание и раздевание на примере куклы или другой игрушки.

*Ролевые игры могут быть в любой формы:* «дочки-матери», «магазин», «доктор и пациент» и т.д.

**Трудовая деятельность**

У малышей есть желание самостоятельно выполнять некоторые трудовые поручения — мыть посуду, накрывать на стол, убирать, подметать, и не забываем поливать, полоть, рыхлить наш «ОГОРОД НА ОКОШКЕ» .

**Образовательная деятельность**

**Художественно-продуктивная деятельность**

Рисование **«Одуванчики в траве»**

Почитайте ребенку стихи о цветах , рассматривание иллюстраций о цветах, посмотрите мультфильм «[Одуванчик - Толстые Щеки](https://www.youtube.com/watch?time_continue=9&v=waaLwlkPptc&feature=emb_logo)».

Ещё раз рассмотрите одуванчик, задайте вопросы:

Посмотрите, какой у него стебелёк, длинный, зелёный. А ещё у одуванчика есть листочки. Они какого цвета?

Что есть у одуванчика?

Для чего нужны цветы?

И только после этого приступайте к работе.

Берём бумагу и кисточку, кладём рядом. Открываем гуашь жёлтого цвета и рисуем сухой кисточкой шапочку одуванчика. Она круглая. Затем мы рисуем стебелёк кончиком кисточки для рисования. Стебелёк тоненький, зелёный. Что ещё забыли нарисовать? (зелёные листочки)

Одуванчики растут в траве. Поэтому мы нарисуем ещё и травку.

**Развитие речи**

Стихотворение С. Маршака «Хороший день». Учите внимательно слушать выразительное чтение стихотворения, понимать его смысл, следить за развитием сюжета. Рассмотрите и иллюстраций к стихотворению ([Смотреть](http://s-marshak.ru/books/h/h08/h08_01.htm)).

**Познавательная деятельность**

Загляните в мастерскую Чевостика: считаем лепестки.

Для поделки, с помощью которой очень весело изучать счёт. Вам понадобятся всего лишь пара бумажных стаканчиков, ножницы, фломастеры ([Смотреть](https://www.youtube.com/watch?v=4bFnaGZoWzs)).

**Прогулка**

Нужно организовать пребывание на свежем воздухе (в условиях карантина это возможно на лоджии, балконе), обязательно частое проветривание помещения, в котором ребенок проводит время.

**Тихий час**

Не забывайте про тихий час. В тихий час восстанавливается энергия ребёнка, потраченная в утреннее время. Для правильного функционирования детского организма и мозговой деятельности детям необходим сон после обеда. Для здорового сна в тихий час важно создать соответствующие условия: изолировать комнату от посторонних звуков и шумов, приглушить попадание солнечного света в комнату.

**Вечер**

Вечерние время можно уделить просмотру мультфильмов и развивающих и познавательных видео на YouTube канале.