

Поради для батьків, що мають дітей дошкільного віку

12 березня усі заклади дошкільної освіти були закриті на карантин через епідемію коронавірусу (COVID-19). Це-важливе рішення для запобігання поширенню захворюваності. І хоча цілі родини вимушено перебувають удома, цей час можна провести активно, весело та з користю для здоров'я і розвитку дітей.

Діти дошкільного віку емоційно прив'язані до батьків, тому намагайтесь не панікувати щодо коронавірусу і пояснюйте усе малюкам в ігровій формі, використовуючи прості, зрозумілі їм слова. Дітям необхідно розказувати, що відбувається, щоб у них не виникло зайвих страхів і тривоги. Адже, так чи інакше, карантин буде обговорюватись вдома з більшим чи меншим рівнем тривоги. І дитина точно відчує це. І гірше, коли вона не буде мати пояснень для себе. Треба пояснювати все так, як є. Що це - небезпечне захворювання, а карантин для того, щоби воно менше поширювалось, щоби ми могли про себе подбати. Поради для батьків, які допоможуть в розмові з дітьми заспокоїти та захистити їх. Детальніше тут: uni.cf/3bG3aCi

Обов'язково забезпечте дитині чіткий розпорядок дня. Складіть (краще разом з дитиною) детальний розклад, що включатиме: сон, прийом їжі, прогулянку, ігру, заняття і звичайні домашні обов'язки. Намагайтесь дотримуватися цього розкладу.

Домовтеся з дитиною про правила її поведінки вдома. Просіть дитину вголос промовляти ці правила.

Частіше розмовляйте з дитиною. Пам'ятайте, що ні телевізор, ні радіо не замінять їй вас. Використайте цей час для спільної діяльності: грайте в активні ігри, займайтеся творчістю, фантазуйте та створюйте разом! Цей час - це час нових відкриттів, знань та спільних ігор.

Яку діяльність можна запропонувати дитині дошкільного віку:

Ігри

Діти обожають **грати!** Крім того, гра - провідна діяльність їхнього віку, за допомогою якої вони досліджують навколишній світ, предмети та явища у ньому. Дитяча уява не має обмежень! Дорослі можуть допомагати малюкам **використовувати іграшки по-різному**: наприклад, машинки можуть не тільки «їздити»- їх можна сортувати за кольором, розміром, призначенням, відправляти їх на «автомийку» тощо. Можна склеїти кілька аркушів паперу та намалювати на них дороги і будинки – тоді ви отримаєте «місто», яким також можна «їздити». Це ж стосується й інших іграшок. Ігри з улюбленими м'якими іграшками дитини можуть принести багато радості. Просто заповніть ванну іграшками та посадіть туди дитину.

- Цікавими для малят є **ігри з коробками**. Якщо у вас немає – обов'язково придбайте таку коробку. З коробки можна побудувати фортецю, обмалювати її, обклеїти наліпками чи різними картинками, вирізаними зі старих журналів.
- **Переодягання та рольові ігри**. Знайдіть вдома різноманітний одяг, прикраси та інший реквізит. Запропонуйте вашому малюку стати лікарем, пожежником, ветеринаром, фермером, астронавтом і таке інше. Дозвольте дитині брати ваші головні убори, шарфи, рукавички та взуття. Допомагайте їм з пошуком необхідних матеріалів.
- Частина іграшок можна заховати: можливість час від часу діставати зі схованки «нову» іграшку вам дуже допоможе.

- Діти **люблять співати і танцювати**, особливо якщо ви приєднуєтеся до них! Увімкніть музику та влаштуйте танцювальну вечірку. Співайте розвивальні дитячі пісні. Зробіть музичні інструменти: переверніть каструлі та відра догори дном, використовуйте дерев'яні ложки. Можна, наприклад, зробити маракаси, насипавши рис у порожні пляшки чи пластикові контейнери.
- **Грайте в шаради**: імітуйте різних тварин рухами та голосом і пропонуйте дітям відгадати, що це за тварина. Грайте по черзі.
- **Грайте в настільні ігри**. Час карантину можна провести з користю та навчити дитину грати у шахи, шахмати, доміно, лото та інші.
- **Малюйте, ліпіть з пластиліну, грайте з різними матеріалами**. Слід розвивати у дитини елементарні уміння, користуватися олівцем, ножицями; вчити її виготовляти різні вироби; разом з нею виготовляти вироби з паперу, пластиліну, з природних матеріалів. Важливо, щоб дитина отримувала задоволення від виконаної роботи, раділа результатам своєї праці. При цьому дозувати співвідношення між допомогою дитині та мірою її самостійності: завжди мають залишатися для неї посилені завдання для самостійного виконання.

Ми підбрали для вас різні варіанти для спільної творчих ігор.

Їстівна фарба для пальців: Все, що вам потрібно, це борошно, вода та харчовий барвник: налийте 1 склянку холодної води та всипте 1 склянку борошна в каструлю. Поступово додайте 3 склянки окропу та доведіть суміш до кипіння. Дайте їй вистигнути, розділіть на кілька частин та додайте харчові барвники.

Ліпіть з пластиліну

https://www.youtube.com/watch?v=XZgpcWXs7ec&list=PLEIG6fwk_0UkVY50JOJxntVz739M4pUsB

Якщо пластилін закінчився, ви можете самі зробити *тісто для ліплення* за таким рецептом:

- 1 склянка борошна
- 1 стакан крохмалю (картопляний або кукурудзяний)
- 2 ст. ложки рослинної олії
- 1 склянка окропу
- 2 ст. ложки соку лимона
- харчовий барвник

Борошно і крохмаль змішайте в мисці. Вмішайте дві ложки рослинної олії. У склянку окропу капнути барвник і лимонний сік. Виливаємо все це в миску і активно перемішуємо, після чого вимішуємо на рівній поверхні. Якщо тісто липне – додайте ще борошна.

- Нанизуйте намистини на нитку, щоб зробити прикраси (нагляд дорослого обов'язковий під час ігор з намистинами та іншими дрібними предметами!). Якщо у вас немає намистин, зробіть прикраси або змійки з макарон, пір'їн чи ріжок. Макарони можна пофарбувати.
- **Кільця з сухих сніданків + спагеті**. Візьміть пластилін, зліпіть з нього кульку та вставте у неї кілька довгих макарон. Запропонуйте малюкові нанизати на спагеті кульки з сухих сніданків. А якщо вони різнокольорові, то це додасть грі певного навчального елементу (групування різних кольорів).
- Зробіть разом цікаві поробки

Приклади саморобок із паперу

<https://www.youtube.com/channel/UCpKlZnl88hGmT363eG4mtEg>

Орігамі метелик для дітей

<https://www.youtube.com/watch?v=DfgOMx31Ht8>

Прості та швидкі орігамі для дітей. Звірі з паперу.

https://www.youtube.com/watch?v=JLV8_RZ-WEA

Цікаві поробки квітів з паперу

<https://naurok.com.ua/post/shkola-florista-dizaynera-vesnyani-porobki-z-paperu>

Як створити оригінальні закладки для книг власноруч. Ідеї, майстер-класи, схеми

<https://naurok.com.ua/post/yak-stvoriti-originalni-zakladki-dlya-knig-vlasnoruch>

Ідеї створення яскравих непересічних крашанок до Великодня

<https://naurok.com.ua/post/ide-stvorenniya-yaskravih-neperesichnih-krashanok-do-velikodnya>

<https://dityinfo.com/dozvillya/pishemo-pisanki-z-ditmi.html>

Виготовлення листівок власноруч – мистецтво творити маленькі шедеври. Шість технік виготовлення листівок, зразки та схеми для натхнення

<https://naurok.com.ua/post/listivkarstvo-abo-kardmeyking-mistectvo-tvoriti-malenki-shedevri>

Майстер-класи для дітей

<https://www.youtube.com/watch?v=O4Y-N59IBFg>

Програма «Недільний сніданок» пропонує майстер-класи для дітей і батьків: малюємо долонями.

Повний випуск програми дивіться за посиланням:

<https://youtu.be/wDIWTgsBJes>

Доцільно влаштовувати домашні виставки зі зроблених дитиною виробів з паперу, з пластиліну, солоного тіста тощо.

Готуйте разом з дітьми

Готуємо з дитиною: 5 рецептів для надсмачних канікул

<https://1plus1.ua/spring/novyny/gotuemo-z-ditinou-5-receptiv-dla-nadsmacnih-kanikul>

Готуємо з дитиною. 7 простих рецептів для будь-якого віку

<http://www.biscotti-group.com/uk/gotuemo-z-dytynoyu-7-prostykh-retseptiv-dlya-bud-yakogo-viku>

Фізична активність

Перебуваючи вдома на карантині, можна більше часу приділити дітям і навчити їх (та й себе) гарним звичкам. Заняття фізичними вправами – одна з них.

Діти звикли багато рухатися – врешті-решт, це їм просто необхідно! Їм потрібно шуміти, бігати, стрибати і таке інше. Це можна робити як вдома, так і на вулиці. **Ось декілька ідей:**

- Грайтеся в «Гарячу лаву»: розкидайте по підлозі диванні подушки й уявіть, що підлога – це потік розпеченої лави. Дитина може переповзати, переходити чи перестрибувати з подушки на подушку.
- Використовуйте покривало як парашут (розкрийте покривало над головою, а потім повільно опустіть на підлогу). Граючись з немовлятами, накривайте та розкривайте їх простирадлом, граючись в «ку-ку».
- Використовуючи простирадла, ковдри, подушки, стільці і таке інше, побудуйте фортецю. Не поспішайте, нехай головними «будівельниками» будуть діти. Ваша фортеця не обов'язково має бути красивою, головне - безпечною!
- Зробіть «смугу перешкод» з меблів, подушок та іграшок.
- Грайтеся з ліхтариком: чи зможе дитина дострибнути до плями світла? Чи зможе вона дотягнутися до такої плями на стіні? Після таких вправ діти самі хочуть взяти ліхтарика до рук – звісно, не відмовляйтеся! Ліхтарик займають їх на доволі тривалий час.

- Грайтеся в «Мисливця за кольорами». Запропонуйте дитині знайти у помешканні три сині речі, скласти їх до купи, а потім повернути на місце. Повторюйте вправу з різними кольорами.

Обов'язково робіть з дитиною **зарядку та руханки!**

Наприклад, такі зарядки – під музику та з піснями – є на каналі “З любов'ю до дітей”.

<https://www.youtube.com/user/SonechkoProject>

У мережі можна знайти багато прикладів вправ для занять з дітьми. Є навіть веселі танцювальні вправи для дуже енергійних (як на англomовному ютуб-каналі «[GoNoodle | Get Moving](#)») та спокійніші на «[Cosmic Kids Yoga](#)».

Руханки і фізкультхвилинки для дітей:

https://www.youtube.com/watch?v=7pGnVGCLsSk&list=PLEIG6fwk_0UmWfbppU9Y_Qp8kOGDOvfDs

Пізнавальна діяльність

Малюки дуже люблять **спостерігати** за різними змінами в їхньому оточенні та **досліджувати навколишній світ**. Приклади цікавих дослідів та спостережень тут:

<https://vseosvita.ua/library/sposterezenna-ta-doslidi-v-dnz-90600.html>

<https://mon.gov.ua/ua/osvita/doshkilna-osvita/profesijna-skarbnichka/doslidi-ta-eksperimenti-z-ditmi>

Влаштуйте «сімейні» 3D-тури музеями України

Музеї України просто неба

<https://museums.authenticukraine.com.ua/ua/>

Національний музей природознавства:

<https://naturalhistory.si.edu/visit/virtual-tour>

Перегляньте картини про дітей відомих художників. Нехай діти спробують розповісти хто зображений на цих картинах, які почуття викликають ці картини у дітей.

Катерина Дуднік

<https://www.youtube.com/watch?v=PtraPPVax1E>

Наталія Дерев'яно

https://www.youtube.com/watch?v=K6QM7wDkgWM&feature=emb_logo

Вікторія Проців

https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=V1fdhatx1a8&feature=emb_logo

Бурштинові барви Ramunas Naumavicius

https://www.youtube.com/watch?v=hiligqr8n8c&feature=emb_logo

Ніно Чакветадзе

<https://www.youtube.com/watch?v=EwEL-PogUhc>

Слухайте казки народів світу, озвучені відомими українцями

<https://kazky.suspilne.media/list.php>

До кожної казки цього проекту є ілюстрації, які зробили Женя Гайдамака і Маша Фоя. Ці картинки можна **завантажити та розмалювати** разом з дитиною.

<https://kazky.suspilne.media/rozmalyovky.php>

Корисно розглядати разом з дитиною **дитячі книжечки**, аналізувати малюнки, визначати на них об'єкти, місце їх розташування, форму, колір та інше.

Почитайте щось разом чи окремо (малюки, які ще не вміють читати, можуть гортати книжки і описувати те, що вони бачать на ілюстраціях).

Уявіть це! Перед читанням книги разом з дитиною «пройдіться по картинкам», перегляньте ілюстрації. Можливо, ваша дитина зможе переповісти історію, користуючись виключно побаченими картинками.

Багато віршів та казок українською мовою можна слухати з дітьми тут

<https://www.youtube.com/audiomama>

Пропонуйте розвивальні ігри малюкам

<https://www.youtube.com/user/reverslink/videos>

Цікаві ігри для дошкільнят з тваринами

https://www.youtube.com/watch?v=qaaPAIX_xLA

Розвивальні ігри для дітей по скайпу

<https://www.youtube.com/watch?v=IY5zHX-mijc>

Розвивальні ігри для дітей 3-4 років

<https://dityinfo.com/rozvitok-ditini/7-rozvivayuchih-igor-dlya-ditei-3-4-rokiv.html>

Сайт «Розвивайка» (для дітей 3-4 років) <http://www.kidmade.com.ua/ukr/article/rozvivajuchi-igri-dlia-ditej-vid-3-do-4-rokiv.html>

Дидактичні ігри «Який малюнок наступний» <https://childdevelop.com.ua/worksheets/1950/>

Цікава математика для дошкільнят

<https://learning.ua/matematyka/doshkilniata/>

Вчимо скоромовки

<https://www.moirebenok.ua/materialy-na-ukrainskom-yazyke/rozvivayemo-diktsiyu-45-skoromovok-dlya-ditej-vid-2-rokiv/>

Незвичні способи малювання

<https://shotam.info/chym-zayniatysia-z-dit-my-pid-chas-karantynu-top-5-veselykh-rozvah/>

Знайомимось з порами року та назвами місяців

<https://youtu.be/fbE5kmaCWOE>

Розвивальні мовні ігри для дітей 3-5 років

https://www.youtube.com/watch?v=8ocueX8_7CU

Розвивальні ігри-вікторини дітей 3-5 років

<https://www.youtube.com/watch?v=ksUyX3TCfwk>

Логічні ігри на розвиток міркування та кмітливості дітей 3-4 років

<https://www.youtube.com/watch?v=OKK4ItCP028>

«Family Простір»: Чим зайняти малечу вдома? Цікаві ігри та розваги для дитини

<https://www.youtube.com/watch?v=HpUaC5TDR5I>

Розвивальні ігри для дітей: ТОП-10 корисних розваг

<https://lady.tochka.net/ua/66492-razvivayushchie-igry-dlya-detey-top-10-poleznykh-razvlecheniy/>

Три корисні гри на Android для дошкільнят. Та трохи про ігри дітей на планшеті

<https://gylyajpole.city/read/blog/21643/3-korisni-gri-na-android-dlya-doshkilnyat-ta-trohi-pro-igri-ditej-na-plansheti>