**Как занять ребенка дома**

**Рекомендации для родителей**

Очень часто бывает так, что родители, для того чтобы ребенок им не мешал заниматься какими – либо домашними делами, усаживают его за телевизор или за компьютер, а в дальнейшем стараясь его привлечь к домашней работе, или к занятиям слышат в ответ: «не хочу», «не буду», «лучше я посмотрю телевизор или поиграю в компьютер».

Для того чтобы такого не происходило, уважаемые родители старайтесь с самого начала не отталкивать малыша от себя. Если ребенок хочет помочь вам, то разделите с ним домашние обязанности. Перед выполнением работы покажите ему как нужно делать, а увидев недостаток в его работе, во – первых  все – таки похвалите ребенка за стремление все сделать хорошо, во-вторых указывая ему на его ошибку, покажите еще раз как следует делать правильно. И пускай у вас уйдет на уборку или приготовление обеда больше времени, но зато малыш будет привыкать действовать с вами совместно, и у него не выработается потребность  постоянного времяпровождения   перед телевизором или компьютером.

Если же у вас произошла такая ситуация, что ребенок часами сидит перед эк­раном и смотрит все подряд, то постарайтесь огра­ничить время телевизионных сеансов не запретами, а взаимной догово­ренностью.

Кстати, по мнению некоторых педагогов: дети, которые смотрят познавательные программы, более раз­виты, нежели их сверстники, лишен­ные телевизора вообще.

Спросите у малыша, какие детские передачи ему нравятся, затем решите вместе, сколько времени в день он может смотреть телевизор, а сколько вы будете уделять времени на занятия и на домашние дела. И прежде всего сами не уходите от этого графика. При планировании советуем придерживаться требований приведенных в документе «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.1.1249-03».Непрерывная продолжительность работы за компьютером (просмотра телевизора) для детей до 5 лет не должна превышать 10 минут. После занятия (просмотра) рекомендуется проводить гимнастику для глаз.

**Предлагаемый ниже список домашних развлечений может стать альтернативой просмотра телевизора и компьютера.**

1. Устройте лепку из соленого теста. Такое тесто готовится    очень просто. Смешайте равные части соли, муки и воды в миске и размешайте пока консистенция не станет пастообразной. При желании можно добавить пищевые красители. И начинайте лепить все, что угодно. В дальнейшем «произведения искусства» подсушивают при комнатной температуре либо в духовке, после чего раскрашивают гуашевыми красками, при желании покрывают лаком (с лаком работать лучше одному взрослому).

1. Еще ма­лыши очень любят разглядывать раз­ные комиксы. Почему бы, например, не придумать для них историю в кар­тинках? Возьмите пачку старых глян­цевых журналов и вырежьте из них яркие картинки: людей, животных и растений. Потом придумайте вмес­те с детьми сюжет сказки и наклейте картинки на большой лист ватмана. Если каких-то персонажей не хвати­ло, можно их дорисовать. В общем, фантазируйте.

 3. Покажите ребен­ку кукольный спектакль или предложить ему показать спектакль вам, а лучше устроить совместное представление для других членов семьи.

1. Устройте необычное рисование пальчиками. Чтобы краска после занятия легче отмывалась от рук, смешайте гуашевые краски с зубной пастой.

5. Домашний кинотеатр. Посмотреть кино одно из самых простых развлечений. Выберете подходящий фильм (это может быть и мультик), главное исходите из желания ребенка в первую очередь. Приготовьте попкорн вместе, детям нравится наблюдать за тем как хлопается кукуруза в пакете, а этот аромат, ммм… Оденьте 3D-очки, если ваш телевизор поддерживает эту функцию, смотреть фильмы в таком формате намного интереснее. Закажите пиццу, а лучше приготовьте сами. Ребенку будет очень интересно раскладывать начинку на пиццу, а затем есть свой шедевр. Поставьте кресла на правильном расстоянии от экрана. Чтобы создать атмосферу, развесьте по бокам гирлянду, которая не мигает, или положите ее в банки по бокам от телевизора. Не забудьте закрыть занавески и дверь в комнату. Звук погроме, приглушенный свет, начали!

6. Готовим вместе с ребенком. Это очень увлекательное занятие для детей. Им безумно интересно узнать, как получаются те самые творожные кексики у мамы, и такой сочный шашлык у папы. К тому же это занятие предполагает огромные возможности вашей и детской фантазии. Можно приготовить от простых закусок в форме животных, до вкусного блюда с красивой подачей на стол. И вовсе не обязательно ездить в ресторан, готовить вместе и украшать блюда доставят вам больше удовольствий. На такой ужин можно пригласить всю семью и рассказать о достижениях вашего чадо..

7. Придумайте квест ребенку. Спрячьте вкусняшки, подарок или его любимую игрушку. Придумайте подсказки и задания как найти свой клад. Это будет увлекательная игра и для взрослого и для ребенка.

8. Соревнования. Устраивайте поединки, например, по разбрасыванию игрушек, а потом по наведению порядка на скорость. Так и вы почувствуете себя непоседами, которыми были когда-то, да и ребенку будет интересно. Плюс если планируется все равно уборка, вы таким беспорядком, только ускорите процесс создания чистоты.

9. Тематическая вечеринка. Продумайте все заранее, сделайте «candy бар» (бар со сладостями), приготовьте закуски в одном цвете или с определенной тематикой. Пригласите друзей ребенка с родителями и расскажите об установленном дресс-коде. Подберите музыку, украсьте все. Таким образом, вы устроите интересный детский праздник, и сами повеселитесь от души. И не забудьте все приготовления нужно делать с ребенком.

10. Когда ваш ребенок обожает интеллектуальные игры используйте «морской бой», шахматы, шашки. Настольные игры тоже подойдут. Купите специальные наборы для детей, например, по варке мыла, фокусам, экспериментам. Сейчас есть такие наборы, которые позволяют создать свой фотоаппарат, вырастить дерево, создать духи, самодельные батарейки, ветряной генератор и даже создать свою погодную станцию. Даже сбор пазлов и конструкторы окажется интересным занятием. Ребенок может сам нарисовать настольную игру, придумайте ее вместе.

11. Поснимайте ролики того, как вы делаете, что-то впервые, будто бы вы собирайтесь создать свой видеоблог, а потом смонтируйте вместе свой домашний фильм. Просматривать его можно будет, когда угодно, у вас останется память и приятные воспоминания.

Идей для отдыха в доме очень много, включайте фантазию, будьте немного детьми сами, это позволит вам прочувствовать все ощущения своего ребенка, расслабиться и просто веселиться. Так, каждые выходные дома перестанут быть скукой и будут дарить заряд бодрости на всю неделю.

**И помните: в дошколь­ном возрасте привлекательной, главной и самой развивающей деятельностью ре­бенка является игра. Поэтому, если взрослые хотят занять ребенка, помочь ре­бенку в его развитии, они должны любую деятельность с ребенком превращать в игру.**