

Рекомендации родителям по организации обучения и досуга детей в период длительного пребывания дома

- В первую очередь, сохраняйте и поддерживайте для себя и ребенка привычный распорядок и ритм дня (время сна и бодрствования, время начала занятий, их продолжительность, отдых и пр.). Резкие изменения режима дня могут вызвать существенные перестройки адаптивных возможностей ребенка и привести к излишнему напряжению и стрессу. Родителям и близким ребенка важно самим постараться сохранить спокойное и адекватное отношение к происходящему. Эмоциональное состояние ребенка напрямую зависит от состояния взрослого (родителей, близких).
- Сохраняйте, поддерживайте благоприятную, спокойную, доброжелательную атмосферу в семье.
- Старайтесь регулярно общаться, разговаривать с ребенком на темы, связанные с его переживаниями, чувствами, эмоциями.
- Научите ребенка выражать свои эмоции в социально приемлемых формах.
- Поощряйте физическую активность ребенка. Совместная деятельность родителей и детей по укреплению здоровья и ведению здорового образа жизни. Несмотря на ограниченное пространство дома, существует много возможностей для ведения активного образа жизни и занятий физической культурой. Много таких позитивных примеров доступно в настоящее время в социальных сетях.
- Поддерживайте и стимулируйте творческий ручной труд ребенка. Важными формами организации досуга детей являются конструирование, моделирование, рисование, лепка, эксперименты, дидактические, сюжетные и настольные игры. Несомненно, следует выделять время на чтение. Полезно сочетать различные формы семейного и индивидуального

чтения, поочередное чтение вслух, выразительное чтение в лицах (по ролям), активное слушание с последующим обсуждением и т.п.

- Поощряйте ребенка к заботе о ближних (представителях старшего поколения, младших детях, домашних питомцах).
- Следуйте рекомендациям, которые Вы получаете от педагогов детского сада по организации дистанционного обучения детей. Ориентируйтесь только на официальную информацию, которую Вы получаете от воспитателя и администрации детского сада. Превращайте деятельность с ребёнком в увлекательную, познавательную игру-занятие. Для ребенка — это возможность повысить мотивацию, а для родителей — лучше узнать и понять своих детей.
- Замечательно, если в семье имеются общие увлечения, хобби. Рекомендуется обратить внимание на такие виды хобби, которые приносят пользу для единства и сплочения семьи, станут общим любимым делом как для мамы и папы, так и для детей.
- Помните: не следует все время развлекать и занимать ребёнка, важно предусмотреть для него как периоды самостоятельной активности, так и совместные со взрослыми дела.
- Не стоит злоупотреблять избыточным просмотром телевизора, однако несомненную пользу могут принести семейные киносеансы. Это возможность совместно выбрать фильм для просмотра, а затем обсудить его.