

## Чем заняться вместе с ребенком во время карантина

### 1. Постройте замок из коробок

Соберите все картонные коробки, которые есть в квартире, и позвольте себе ненадолго вернуться в детство. Постройте вместе с ребенком замок.

### 2. Устройте охоту за сокровищами

Эта игра довольно проста. Соберите 10-20 предметов и спрячьте их в разных местах в квартире. Следуя подсказкам или нарисованной карте, ребенок должен отыскать все сокровища. Это поможет занять ребенка на несколько часов.

### 3. Составьте список для чтения

Приучить ребенка к чтению легче, если сделать это в игровой форме. Составьте список рассказов, которые должен прочесть ребенок. Как только он справится с одним рассказом, он может вычеркнуть один пункт из списка и переходить к следующему заданию.

### 4. Совершите онлайн-экскурсию по Эрмитажу

На время карантина многие всемирно известные музеи, в том числе и Эрмитаж, доступны в онлайн-режиме. Совершите экскурсию вместе с ребенком и посмотрите на знаменитые картины.

### 5. Займитесь кулинарией вместе с ребенком

Испеките печенье, кексы, торт – любые сладости подойдут! Во время приготовления вы можете научить ребенка измерять ингредиенты и, конечно же, готовить.

### 6. Устройте пикник в квартире

Постелите в гостиной покрывало, возьмите из холодильника еду и устройте пикник всей семьей. Вы можете сыграть в игру, которая развивает память. Каждый по очереди должен произнести фразу: «Я иду на пикник и беру с собой...» и добавить название какого-нибудь продукта или блюда.

## 7. Дрессируйте собаку

Если ваш домашний питомец еще не научился выполнять команды «Сидеть» или «Лежать», можно научить его этому во время карантина. Уделяйте этому занятию по часу в день. Ребенку определенно понравится это занятие.

## 8. Проводите с ребенком научные эксперименты

С помощью подручных средств, которые найдутся в любом доме, вы можете проводить с ребенком научные эксперименты: сделать лаву из соли, воды и растительного масла, вырастить кристаллы из соли, показать ребенку радугу и т. д. Этим вы приведете ребенка в полный восторг и вызовете у него интерес к науке.

## 9. Снимайте видео для социальных сетей

Карантин – хорошее время для того, чтобы снять с ребенком видео для Instagram или Tik-tok. Разучите с ребенком танец и снимите его на видео.

## 10. Придерживайтесь распорядка

Возможно, ребенку и не нужно ходить в школу, но и на карантине лучше придерживаться привычного распорядка дня. Это способствует хорошему самочувствию ребенка и позволяет ему успевать больше в течение дня.

## 11. Исследуйте Марс

Найдите в интернете сайт, на котором через панорамную камеру транслируются съемки с поверхности Марса. Это вызовет у него интерес к астрономии.

## 12. Напишите вместе с ребенком рассказ

Прочитайте вместе с ребенком книгу. Предложите ему написать продолжение в форме небольшого рассказа.

## 13. Сделайте сенсорную коробку

Возьмите большую картонную коробку и наполните ее любым

материалом, который позволит ваша фантазия. Это развивает тактильную чувствительность ребенка. Он будет играть с коробкой часы напролет.

#### 14. Не злоупотребляйте электронными устройствами

Во время карантина не давайте ребенку неограниченного доступа к электронным устройствам. Давайте ему планшет или смартфон только тогда, когда он выучит уроки и сделает работу по дому.

#### 15. Обустройте место для обучения

Возможно, это не лучшее развлечение для ребенка. Но это облегчит ему учебу во время карантина. Выделите место в квартире, в котором ребенок сможет заниматься: это может быть парта или письменный стол. Отдельное место для учебы поможет ребенку сосредоточиться.

#### 15. Давайте ребенку время на отдых

Ребенку важно не запускать учебу во время карантина. Но вместе с тем необходимо давать ему передышку. После того, как он выполнит несколько заданий, дайте ему время поиграть.

#### 16. Напишите письмо

Речь идет не об электронной почте, а о бумажных письмах. Напишите вместе с ребенком письмо тому, кого вы любите, например, бабушке и дедушке.

#### 17. Общайтесь с родственниками по Скайпу

Скайп – еще один хороший способ поддерживать связь с родными и близкими во время вынужденной изоляции. Общайтесь с родственниками, которые живут далеко, и о здоровье которых вы беспокоитесь.

#### 18. Ведите с ребенком дневник путешествия

Вспомните последний раз, когда вы были в путешествии. Обменяйтесь с ребенком воспоминаниями и предложите ему записать их в дневник.

## 19. Сделайте уборку вместе с ребенком

Уборка может показаться ребенку не таким уж веселым делом. Но, когда вся семья остается на карантине, в доме быстро появляется беспорядок. Выделите немного времени (например, 15 минут в день) на уборку.

## 20. Играйте с ребенком в настольные игры

Играйте в игры, которые нравятся ребенку. Если он не играет в настольные игры, карантин – подходящее время, чтобы научить его играть в «Монополию» или «Уно».

## 21. Собирайте паззлы

Выберите паззл, который будет не слишком сложным для ребенка. В противном случае он потеряет интерес к этому занятию.

## 22. Играйте с ребенком в шашки

Ребенку понравится играть в шашки, разбираться в тонкостях игры, придумывать стратегию. Если же он уже достиг определенного мастерства, вы можете устроить с ним соревнование.

## 23. Научите ребенка играть в шахматы

Игра в шахматы имеет много преимуществ для ребенка. Научите его правилам игры и покажите простые игровые стратегии.

## 24. Сыграйте с ребенком в игру «Крокодил»

Это классическая игра, которая избавит и вас, и ребенка от скуки. Игра заключается в том, что один участник должен показать слово с помощью пантомимы, а остальные – отгадать его.

## 25. Устройте вечер рисования

Возьмите листы ватмана, краски, кисти и позвольте ребенку рисовать все, что он захочет.

## 26. Испеките с ребенком пиццу

Используйте для начинки все, что найдете в холодильнике.

#### 27. Предложите ребенку вести дневник

Записывать свои мысли – хороший способ избавиться от скуки

#### 28. Займитесь с ребенком медитацией

Научите ребенка упражнениям для медитации. Можно использовать для этого видеоуроки на Youtube или специальные приложения для смартфона.

#### 29. Сыграйте с ребенком в классики

Используйте бумажный скотч, чтобы начертить клетки на полу, и позвольте ребенку поиграть в классики.

#### 30. Сделайте карточки

С помощью карточек хорошо учить иностранные языки или математику. Сделайте их вместе с ребенком и используйте в учебном процессе.

#### 31. Сыграйте с ребенком в «противоположности»

Это упражнение хорошо подходит для маленьких детей и развивает их словарный запас. Вы должны сказать слово, а ребенок – противоположное ему (например, внутри-снаружи, спускаться-подниматься и т. д.).

#### 32. Вырезайте ножницами

Это занятие помогает ребенку развивать моторику. Научите ребенка вырезать фигуры из бумаги по контуру.

#### 33. Позвольте ребенку примерять разные наряды

Это занятие никогда не надоест ребенку.

#### 34. Создайте список фактов о животных

Позвольте ребенку выбрать животное. Проведите вместе с ним

исследование. Составьте список фактов, которые вы сможете найти об этом животном в интернете, книгах и т. д. Пополняйте список новыми фактами.

### 35. Научите ребенка видеомонтажу

Научите ребенка пользоваться монтировать видео в Youtube или с помощью приложений в смартфоне. Это умение пригодится ему в будущем. Кто знает: возможно, ребенок захочет завести свой канал в Youtube.

### 36. Создайте свою настольную игру

Вы можете не только играть в настольные игры, которые есть у вас дома, но и создать игру сами. Придумайте сценарий игры, расчертите на бумаге большого формата игровые поля и создайте карточки для игры.

### 37. Научите ребенка основам программирования

На Youtube есть обучающие каналы с уроками программирования для детей. Карантин – хорошее время для того, чтобы научить ребенка чему-то полезному.

### 38. Позвольте ребенку взять у вас интервью

Умение собирать информацию и правильно задавать вопросы – важный навык для любого человека. Беседуйте с ребенком, задавая друг другу вопросы и записывая ответы. Если ребенку понравится работа журналиста, дайте ему более сложное задание: позвонить бабушке или дедушке и взять у них интервью по телефону.

### 39. Научите ребенка писать отзывы о книгах и фильмах

Это умение будет полезным для ребенка во время учебы в школе. Посмотрите вместе с ним фильм или прочитайте книгу, а потом попросите его написать отзыв.

### 40. Устройте с ребенком книжный клуб

Чтение – важное занятие во время карантина. Но, чтобы оно было для ребенка еще более увлекательным, обсуждайте с ребенком

прочитанные книги. Вы можете принять участие в интернет-форумах, в которых обсуждают и рекомендуют книги.

#### 41. Слушайте подкасты

В интернете есть много подкастов, предназначенных для детей. Найдите подкаст, который понравится ребенку больше всего.

#### 42. Сделайте с ребенком оригами

Научите ребенка делать фигурки разных животных из бумаги. Сделайте оригами вместе с ним.

#### 43. Научите ребенка готовить

Кулинария может оказаться интересным занятием для ребенка. Научите его готовить несколько простых блюд.

#### 44. Играйте на музыкальных инструментах

Если ребенок играет на музыкальных инструментах, карантин – хороший повод уделять репетициям больше времени.

#### 45. Наблюдайте за птицами

Гуляя с ребенком на балконе, наблюдайте за птицами и определяйте их виды.

46. Составьте список животных, которые обитают в вашей местности: белки, зайцы и т. д. Постарайтесь вспомнить как можно больше животных.

#### 47. Сделайте альбом с наклейками

Пусть ребенок возьмет альбом для рисования и украсит его наклейками. Помогите ребенку украсить альбом.

#### 48. Изучайте насекомых

Найдите в интернете информацию о насекомых. Вы можете также посмотреть вместе с ним научно-популярные фильмы о жизни насекомых.

#### 49. Ведите календарь погоды

Когда вы с ребенком остаетесь дома – это отличный повод исследовать погоду. Предложите ребенку вести календарь погоды. Вместе с этим узнавайте из интернета что-то новое о погодных явлениях, воздушных потоках и т. д.

#### 50. Пройдите с ребенком обучающий курс

Образовательная платформа «Prometheus» предлагает большое количество обучающих курсов для разных возрастов. Предложите ребенку выбрать для себя курс по интересам и пройти его.

#### 51. Составьте список дел по дому

Составьте ребенку список заданий, например, сложить свою одежду, почистить зубы, помыть посуду и т. д. Как только ребенок выполнит одно задание, он вычеркивает один пункт из списка.

#### 52. Сделайте с ребенком мыло ручной работы

Найдите в Youtube обучающее видео о том, как сделать мыло ручной работы. Сделайте его вместе с ребенком.

#### 53. Танцуйте

Позвольте ребенку продемонстрировать свои танцевальные умения. Танцы – хороший способ проявить физическую активность, оставаясь дома.

#### 54. Уделяйте время дневному сну

Чтобы ребенок засыпал днем, научите его медитативным практикам.

#### 55. Сделайте ожерелье из макарон

Нанизывайте макароны на нитку, разукрасьте их и носите как украшение.

#### 56. Смотрите STEM-уроки онлайн



STEM-уроки хорошо подходят для обучения детей математике, физике, биологии, химии и т. д.

#### 57. Смотрите онлайн-уроки игры на музыкальных инструментах

Если ребенок играет на музыкальных инструментах, ему понравятся онлайн-уроки, которые можно найти на Youtube.

#### 58. Изучайте иностранные языки

Карантин – хороший повод изучать иностранные языки. Для этого можно слушать подкасты, смотреть обучающие видео и т. д.

#### 59. Выращивайте растения

Растения можно выращивать прямо на подоконнике, прорастив ростки в банке и пересадив затем в горшок. Наблюдайте вместе с ребенком за ростом.

#### 60. Сделайте доску визуализации

Распечатайте фотографии из интернета и наклейте их на лист ватмана. Распечатайте изображения того, что вы хотите достичь в этом году. Повесьте доску визуализации на стену в месте, где вы постоянно будете ее видеть.

#### 61. Практикуйтесь с ребенком в правописании

Чтобы ребенок не растерял навыки правописания к тому моменту, когда он вернется в школу, практикуйтесь с ним во время карантина. Пишите с ним диктанты. Если это занятие кажется ребенку слишком скучным, используйте мобильные приложения для того, чтобы запоминать правописание отдельных слов.

#### 62. Смотрите онлайн-уроки по искусству

Такие обучающие курсы можно найти на Youtube.

#### 63. Занимайтесь йогой

Если вы любите заниматься йогой, можете приобщить к этому занятию и ребенка.

#### 64. Развивайте моторные навыки ребенка

Если ваш ребенок еще не ходит в школу, вы можете развивать у него моторные навыки во время карантина. Делайте с ним специальные упражнения или развивайте его моторные навыки, когда занимаетесь домашними делами.

#### 65. Рисуйте кремом для бритья на зеркале

Рисование кремом на зеркале нравится детям. Это занятие развивает у них сенсорное восприятие. Если вы делаете это дома, лучше использовать зеркало в ванной. Можно добавить в крем пищевой краситель, чтобы сделать занятие еще более интересным для ребенка.

#### 66. Сортируйте предметы

Это занятие лучше всего подходит для маленьких детей, которые только изучают цвета и формы. Для сортировки можно использовать практически любые предметы. Предложите ребенку отобрать из общей кучи красные, синие предметы и т. д.

То же самое можно делать, когда ребенок изучает формы. Предложите ему отобрать круглые предметы или продолговатые.

#### 67. Играйте с рисом

Это еще одно сенсорное упражнение для маленьких детей. Насыпьте рис в какую-либо емкость и позвольте ребенку погрузить в него ладонь. Чтобы сделать упражнение более интересным, вы можете окрасить рис в разные цвета или спрятать в нем маленькую игрушку.

#### 68. Играйте в крестики-нолики

Многие из нас с детства помнят эту игру, но не все современные дети знают ее. Научите ребенка правилам игры. Если он их уже знает, устройте соревнования.

#### 69. Сделайте «сенсорный пакет»

Еще одно сенсорное упражнение для ребенка. Возьмите прозрачный

zip-пакет и наполните его мелкими предметами, которые не смогут его проткнуть: тубиками от косметики, маленькими мячиками и т. д. Маленькому ребенку понравится ощупывать пакет, изучая его форму.

#### 70. Нарисуйте автопортрет

Позвольте ребенку нарисовать автопортрет, используя карандаши или фломастеры. Если вы хотите усложнить задачу, можно использовать нестандартные материалы: конфеты, пуговицы, макароны... Подойдет все что угодно.

#### 71. Пройдите лабиринт

Нарисуйте ребенку лабиринт на листе бумаги. Предложите ребенку найти выход из него, рисуя карандашом.

#### 72. Научите ребенка вязать

Карантин – хорошее время, чтобы научить ребенка чему-то новому. Вы можете преподать своей дочери уроки рукоделия и научить ее вязать спицами или крючком.

#### 73. Не забудьте о мультфильмах

Когда ребенок остается дома, самое время пересмотреть его любимые мультфильмы.