

➤ **Рекомендации педагога – психолога родителям дошкольников в период изоляции.**

**Июнь 2020 года**

**Уважаемые родители!**

В связи со сложившейся ситуацией педагог-психолог предлагает вам консультации дистанционно. Обращаться можно в контакте и по телефону **8-909 - 891 - 31 – 16.**

Не думать о проблеме, которая угрожает жизни и здоровью, невозможно. Любая ситуация неопределенности вызывает тревогу, после чего человек погружается в депрессивные настроения. Есть и те, кто абстрагируется и делает вид, что ничего не происходит. Но можно посоветовать пару вариантов, как улучшить ситуацию. Заблокируйте сайты, откуда постоянно приходят негативные новости. Если вам интересно отслеживать количество заболевших, делайте это раз в день, не мониторьте повестку постоянно. Сейчас у каждого появилась возможность позаботиться о близких, уделить больше времени общению с ними. Можно сделать то, что хотелось давно: прочесть книгу, посмотреть фильмы. Наверняка после зимы хочется организовать дома генеральную уборку и что-то обновить. Можно созвониться с друзьями. Или же покопаться в себе и поставить новые цели. Возможно, этот вирус нам говорит о том, что мы о многом забыли в суете. Сегодня время остановиться и подумать.

**Развитие мелкой моторики в быту.**

Если ребенка не увлекают развивающие пособия - предложите ему настоящие дела. Вот упражнения, в которых малыш может тренировать мелкую моторику, помогая родителям и чувствуя себя нужным и почти взрослым:

1. Снимать шкурку с овощей, сваренных в мундире. Очищать крутые яйца. Чистить мандарины.
2. Разбирать расколотые грецкие орехи (ядра от скорлупок). Очищать фисташки. Отшелушивать пленку с жареных орехов.
3. Собирать с пола соринки. Помогать собирать рассыпавшиеся по полу предметы (пуговицы, гвоздики, фасоль, бусинки).
4. Лепить из теста печенье. Лепить из марципановой массы украшения к торту.
5. Открывать почтовый ящик ключом.
6. Пытаться самостоятельно обуваться, одеваться. А так же разуваться и раздеваться. Для этого часть обуви и одежды должны быть доступны ребенку, чтобы он мог наряжаться, когда захочет. Учиться самостоятельно, надевать перчатки. Пробовать зашнуровывать кроссовки.
7. Помогать сматывать нитки или веревку в клубок (О том, кто их размотал лучше умолчать)
8. Начищать обувь для всей семьи специальной губкой.
9. Вешать белье, используя прищепки (нужно натянуть веревку для ребенка).
10. Помогать, родителям, отвинчивать различные пробки - у канистр с водой, пены для ванн, зубной пасты и т.п.
11. Помогать перебирать крупу.
12. Закрывать задвижку на двери под раковиной.
13. Рвать, мять бумагу и набивать ей убираемую на хранение обувь.
14. Собирать на даче или в лесу ягоды.
15. Доставать что-то из узкой щели под шкафом, диваном, между мебелью.
16. Вытирать пыль, ничего не упуская.
17. Включать и выключать свет.

18. Искать край скотча. Отлеплять и прилеплять наклейки.

19. Перелистывать страницы книги.

20. Заточивать карандаши (точилкой). Стирать нарисованные каракули ластиком.

Что-то будет получаться, что-то нет. Но, обычно, в освоении серьезных дел дети оказываются очень упорными. Стоит предупредить, что многие новоприобретенные навыки не облегчат вам жизнь. Но зато вы сможете гордиться развитым, ловким, сообразительным ребенком.

*«Игра имеет важное значение в жизни ребенка...*

*Каков ребенок в игре, таким во многом он  
будет в работе, когда вырастет.*

*Поэтому воспитание будущего деятеля  
происходит, прежде всего в игре»*

*А.С.Макаренко.*