**НА КАРАНТИНЕ.**

 **59 ИДЕЙ ДЛЯ СОВМЕСТНЫХ ИГР С РЕБЕНКОМ**

*Родителей, которых заперли на карантине с маленькими детьми, спасут не туалетная бумага и гречка, а здоровый сон и идеи, как занять ребенка с пользой. Публикуем порцию ценных рекомендаций, чем заняться на карантине с детьми, от детского психолога Светланы Ройз, запустившей в своем блоге проект «Карантинное Ребенковедение». Тема выпуска - совместные игры.*



Игра — это всегда и развитие, и терапия, и адаптация.

Современное поколение детей не получает того количества стимулов в разных каналах восприятия, которое было бы важно. У них [перестимулирован](https://littleone.com/publication/1805-neobhodimoe-i-dostatochnoe-psiholog-irina-mlodik-o-probleme-perestimulyacii%22%20%5Ct%20%22_blank) визуальный канал, остальные — часто дефицитарны. И разнообразные игры — это сенсорная интеграция (сенсорная депривация — недостаточное стимулирование сенсорных каналов).

**Визуальный канал**

* Раскрашивать раскраски (распечатки и книжки).
* Рисовать мандалы.
* Рисовать одновременно на одном листе.
* Рисовать зубной щеткой.
* Рисовать ладонями (ставить отпечатки пальцев и дорисовывать детали).
* Рисовать с закрытыми глазами.
* Выкладывать рисунки нитками.
* Делать ангелов из макарон.
* Делать игрушки из втулок от туалетной бумаги.
* «Обрывная аппликация» — вначале на мелкие кусочки руками рвется или цветная бумага, или листки из журналов, затем из обрывков делается коллаж.
* Играть в цвет дня. Каждый день недели назвать «своим цветом», например, понедельник — красный, вторник — оранжевый, среда — желтый и т. д. по цветам радуги. Каждый день надевать одежду или какую-то деталь одежды определенного цвета, попробовать найти продукты такого цвета, или время от времени кричать, например, «красный» — и нужно быстро дотронуться до предмета этого цвета.

**Вербальный канал**

* Учить каждый день одно новое слово на иностранном языке. Из этого же слова, написанного много раз, можно сделать рисунок.
* Из букв одного слова составлять другие слова. Например, из букв слова «трансформатор» можно придумать «торт», «трон», «март», «рот», «форма», «фарт» и прочее.
* Играть в «Телеграмму». На каждую букву загаданного слова придумать слово, так чтоб получилось предложение. Например, «СЛОН» — суровый лекарь открывает нашатырь.
* Петь.
* Говорить скороговорки.
* Играть в «Угадай предмет» (часть тела, транспорт), задавая вопросы, на которые можно ответить только «да» или «нет».

**Тактильный канал**

* Игры с кинетическим песком.
* Подносы с крупами, в которых можно писать, рисовать, прятать предметы. Даже детям 8-9 лет это нравится.
* Игры с водой. Например, запускать кораблики по воде, перемещать их дыханием.
* Домашние бассейны с шариками.
* Узнавать предметы на ощупь. Эту игру любят и взрослые дети. Можно предлагать различать продукты на вкус, специи и продукты — по аромату.

**Аудиальный канал**

* Слушать тишину.
* Закрыть глаза и различить как можно больше звуков.
* Написать букву «р» — в строку от совсем маленькой до огромной. А в другой строке от огромной до маленькой. Просить ребенка, чтоб произносил звук, повышая громкость (чем меньше буква, тем тише голос).
* С закрытыми глазами угадывать, по какому предмету ударили (ложкой, карандашом).

**Пространственное восприятие**

Такие игры стимулируют концентрацию и развитие долей мозга, связанных с математическими способностями, критическим мышлением.

* Змейка. Игра из моего детства дочке нравится, а я нашла в интернете схемы новых фигур.
* Магнитный конструктор.
* Мозаики, которые потом можно проглаживать утюгом и получаются подставки под чашки.
* Оригами.
* Джанга.
* Микадо. Можно вместо промышленных «палочек» использовать карандаши, ложки.
* Шашки, шахматы, домино.
* Пазлы.
* Можно учить детей пришивать пуговицы, вышивать, вязать, плести макраме.
* Запускать волчки, наблюдать за их кружением.
* Домашний квест, поиски сокровищ.
* Перемещаться по комнате с закрытыми глазами, ориентируясь только на команды партнера по игре. Можно говорить — «вправо», «влево», «прямо». А можно молча — прикасаясь к правому, левому плечу, спине.

**Оральный праксис и игры с дыханием**

* Мыльные пузыри.
* Аэробол. Дуем на обертки из-под конфет (или передавая друг другу, или, «задувая» голы).
* Задувать свечи.
* Стараться поддерживать в воздухе легкий предмет — например, перо.
* Вместе петь.
* Через широкие коктейльные трубочки дуть на шарик из бумаги — попадать им в «цель».

**Социальные игры**

* Ролевые игры с куклами и игрушками, домашний театр.
* Теневой театр.
* Можно вместе заниматься кулинарией, играть в ресторан. Это здорово помогает, когда нужно быстро приготовить обед. Усадить ребенка за рисованием меню.
* Варить вместе шоколад.
* Делать мини-спектакли, записывать их на камеру телефона. Мы по дочкиным сказкам и рисункам иногда делаем фильмы.
* Делать домик из подушек и пледов — ходить в гости.
* «Встретить» детей с друзьями — в Zoom, чате «Вайбера» и т. д.
* Оркестр. Инструменты — все, что издает звук в доме.

**Движение**

* Твистер.
* Пальчиковый твистер.
* Прыжки на шаре-прыгунке. Вместо батута — прыжки на разрешённой подушке.
* Прятки.
* Битва подушками.
* Битва шариками.
* Когда мы ограничены в движении, можно использовать настольный (накроватный) футбол.
* Танцуем «разное настроение». Если совсем мало места, можно ниткой выложить границы «танцпола» и ввести дополнительное правило — за них не выходить.

Важно помнить, что дети до 6 лет стремятся играть в «эгоцентрические» игры — по своим правилам. Но когда мы им предлагаем игру с установленными правилами, это готовит их ко «взрослой жизни» со следованиям определенным нормам. Это профилактика «социальной депривации».