

Как правильно построить режим дня ребёнка на карантине?	Самое главное при самоизоляции — не переставать вести активный образ жизни, правильно питаться и сохранять прежний режим дня, какой был до карантина. Специалисты рекомендуют просыпаться, ложиться спать и принимать пищу в то же время, в которое ребёнок делал это ещё до самоизоляции, пить больше воды, есть больше витаминосодержащих продуктов, соблюдать сбалансированное питание.
Как вместе с детьми устроить огород на подоконнике	Собственный мини-сад или огород на подоконнике может стать для ребенка целым научным экспериментом. Такого опыта не заменит ни одна энциклопедия. Зато умение выращивать и ухаживать за растениями развивает любознательность, внимательность и дисциплину. Мини-огород на окне не займет много места и не требует специфических условий. Однако у детей еще мало опыта в выращивании растений, поэтому для них надо подобрать самые простые варианты.
Подвижные игры в квартире	Для нормального самочувствия и развития ребенка, как физического, так и умственного, он должен много двигаться в течение дня. Можно ли организовать подвижные игры для детей дома так, чтобы и ребенок получил свою порцию движения, и дом остался целым?
Развитие памяти у детей 5-6 лет	Упражнение «Числовой ряд». Называйте ребёнку подряд 3–5–7 различных чисел и просите повторить. Постепенно усложняйте задание, используя не только числа из первой десятки, но и двузначные, даже трёхзначные. Упражнение «Видеоряд». Карточки с изображением различных предметов показывайте на 10–15 секунд, а затем закройте их и попросите перечислить все предметы, которые ребёнок запомнил. Постепенно увеличивайте ряд: начинайте с 4–5 карточек и доведите их количество до 8–10 (можно больше). Заучивание и рассказывание с выражением стихов – это отличная тренировка памяти и возможность развить артистический талант. Если под рукой не оказалось подходящей книги, всегда могут выручить Интернет-ресурсы.

	Пение песенок – это замечательное занятие, развивающее память, музыкальный слух и умение воспроизводить услышанное. Много знакомых и детям и родителям детских песен можно найти здесь.
Развитие воображение у детей 5-6 лет	Конструктор. Подойдёт любой конструктор, но желательно, чтобы ребёнок конструировал не по схеме или инструкции, а сам придумывал и воплощал образы. Если возникнут трудности, можно воспользоваться идеями из этой картотеки. Лепка. Пластилин – отличный материал для самовыражения, развивающий мелкую моторику. Ребёнок может лепить не только фигурки животных, но и целые сюжеты. Предложите «нарисовать» пластилином целую картину на картоне, можете нарисовать вместе с ребёнком. Аппликация. Придумать, вырезать и наклеить – сразу три развивающих действия. А Шаблоны фигурок помогут юным талантам полностью посвятить время творчеству, украшая их по своему замыслу. Слушание сказок рождает в голове ребёнка многочисленные образы, яркие и интересные. Огромное количество аудиосказок собрано на этом сайте. А их дальнейшее воспроизведение доставит немало удовольствия не только детям, но и взрослым. Распределите роли и играйте!
Развитие мышления у детей 5-6 лет	Лабиринт. С помощью карандаша попросите ребёнка пройти лабиринт и найти выход из него. Примеры для распечатывания можно найти на сайте. Разгадывайте загадки. И составляйте их сами: пусть малыш попробует задумать и описать действие либо предмет, а вы – угадать загаданное. Задание «Найди, чего недостаёт». В ряду похожих предметов, имеющих общий признак, попросите найти одно изображение, на котором этот признак отсутствует, и дорисовать «недостачу». Геометрический ряд, выстроенный в определённой последовательности, –

	прекрасное упражнение для развития анализа. Проводите вместе простые опыты. Самый простой – заморозить в стакане воду, а затем растопить лёд. Подобные эксперименты прибавят и знаний об окружающем мире. Еще больше опытов с водой, воздухом и магнитами. Рисуйте друзей: пусть ребёнок нарисует самого высокого и самого низкого друга, потом друга, который выше самого низкого, но ниже самого высокого. Затем подпишите вместе их имена. Сложная задача, но ваш ребёнок к семи годам сможет с нею справиться.
Развитие речи у детей 5-6 лет	Выучите как можно больше скороговорок на разные буквы. Пересказывайте истории с большим количеством подробностей или описывайте картинку столь же подробно. Играйте в города, фрукты, овощи, животных с целью формирования большего словарного запаса. Подбирайте антонимы и синонимы к словам. Попросите ребёнка назвать как можно больше признаков одного предмета. Например, яблоко «круглое», «красное», «сладкое», «сочное». Еще больше игр вы найдете на этом сайте.
Расширяем кругозор с детьми 5-6 лет	Используйте электронные викторины с карточками и загорающейся лампочкой при правильном ответе. Очень наглядно и интересно малышу! Есть и интернет-варианты. Например, викторина «Узнай страну по героям мультфильма» Тематические игры. Называйте по очереди домашних животных, диких животных, птиц, морских обитателей. Выигрывает тот, кто дал ответ последним. Циферблат со стрелками, которые может переводить сам ребёнок, поможет освоить

	время и понимание распорядка дня. А изготовить такие часики поможет мастер-<u>класс</u>. Вместе нарисуйте яркое расписание на неделю по дням и познакомьтесь с понятиями «день» и «неделя». Играйте в профессии: повар, врач, учитель, продавец, строитель.
--	---