

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №18 Веселые звоночки» общеразвивающего вида  
города Барнаула

**Рекомендации для родителей  
«Чем занять ребенка дома 4-5 лет»**

Подготовили: Малышева М.А  
Панкратова И.А

Сегодня, когда детские сады закрыты на карантин, дети вынуждены целыми днями оставаться дома. В жизни ребенка важную роль играет взаимодействие со сверстниками – детский сад, игры во дворе, дни рождения друзей и т. д. Но во время карантина родители должны держать их в изоляции – ради их же здоровья. Как же развлечь ребенка в ситуации, когда вы не можете помочь ему гулять на улице и общаться с друзьями? Предлагаем вам несколько идей, которые можно реализовать в пределах дома. Они помогут провести время с интересом и вам, и детям.

### **Несколько советов родителям:**

1. Не паникуйте. Несмотря на обилие информации от СМИ, различных ученых и врачей, соседей и людей в очереди в магазине, старайтесь не поддаваться панике. Паника — вызывает стресс не только у вас, но и у ваших детей, а от накопленных переживаний, вы можете начать срывать на своих близких.
2. Постарайтесь действительно самоизолироваться. Без особой надобности не выходите из дома. Перед вынужденным походом в магазин или аптеку, составьте список продуктов и лекарств, которые вам нужно купить. Так вы ничего не забудете, и вам не придется ходить в магазин несколько раз подряд. Также есть много сервисов по доставке продуктов и еды из магазинов, ресторанов и кафе. Устраивайте себе разгрузочные дни.
3. Составьте распорядок дня и повесьте его на холодильник. Распишите время на себя, и время, которое вы уделите детям и проведете с ними. Можете составить даже план на неделю, чем вы будете заниматься каждый день. Составление плана тоже может быть увлекательным занятием.
4. Если мысли не дают покоя, занимайтесь уборкой квартиры или физкультурой, и обязательно проветривайте помещения.
5. Старайтесь каждый день предлагать разные виды деятельности домочадцам. Так никто не заскучает и не грустит!

### **Интересные занятия и игры для мальчиков в 4-5 лет**

Что интересует мальчика в 4-5 лет? Конечно, всевозможные машинки, самолеты, мечи и пистолеты, конструкторы и прочая мальчишеская атрибутика, которая уже, вероятно, приелась вашему сыну. Но даже игры в машинки можно сделать более интересными, если проявить фантазию.

#### **Картонный городок**

Возьмите несколько картонных коробок (достаточно больших, например, от пылесоса, микроволновки и т. д. Если нет таких дома, можно попросить в ближайшем магазине, там их все равно выбрасывают), прорежьте туннели в картонных стенах, соедините между собой степлером. Можно смонтировать

всевозможные мостики, нарисовать пешеходные переходы и дорожные знаки, гонять машинки по коробочному городу понравится ребенку куда больше, чем просто по ковру.

### Головоломки

Если мальчик достаточно усидчивый, чтобы собрать головоломку, соответствующую его способностям — поощряйте это! Головоломки развивают интеллект, логическое мышление, тренируют память и внимание.



### Боулинг

Домашний боулинг приведет мальчугана в восторг. Нет кеглей? Не беда – в каждом доме есть пластиковые бутылки. Наполните их для устойчивости песком или водой. Заменить кегли можно и кубиками. Посоревнуйтесь, кто из вас ловчее обращается с мячом.

### Настольные игры и сборные модели

Если дома есть настольные игры, то станьте партнером своему сыну в настольном футболе или теннисе. А можно вместе склеить картонную модель самолета или корабля.

### Книжки с заданиями

Книжки с наклейками, лабиринтами и интересными заданиями не только очень увлекательны, но и полезны для развития логики, фантазии и творческих способностей. Позвольте ребенку самому выполнять задания, помогая лишь тогда, когда он попросит о помощи. Это станет еще одним

шагом к дошкольной подготовке.



Занятия и игры для девочек в 4-5 лет

Для девочек можно найти еще больше увлекательных занятий.

Куклы

Разнообразить игры в куклы? Запросто! Пусть это будут не просто дочки-матери, а показ мод. Некогда шить одежду «манекенщицам»? Используйте подручные материалы – пакетики, салфетки, носовые платки, а из пластиковых бутылок можно соорудить отличные кринолины для балльных платьев.

Игры в красоту

А можно и вам побыть «моделью»: посетите парикмахерскую или салон красоты, которым «заведует» ваша дочь: все девочки в восторге от таких игр!

Маленькая рукодельница

Увлечет девочку и рукоделие: предложите ей шкатулку с бисером и бусинками, покажите, как когда-то сами плели фенечки и браслеты. Нет бусинок? Зато есть бумага и такое интересное направление, как квиллинг:

искусство мастерить поделки и объемные аппликации из скрученной бумаги. Это очень полезно для развития воображения и мелкой моторики.

А из ленточек и пуговиц-бусинок можно делать эксклюзивные заколки и резинки в технике канзаши. Клеевой пистолет, ножницы, зажигалка, нитки и иголки – это то, что может понадобится. Конечно, без присмотра доверять девочке такое рукоделие нельзя. Не беда, если вы никогда этим не занимались раньше: осваивать вдвоем с дочкой будет интереснее.

Не бойтесь доверить дочке иглу. Приобретите маленькие пальцы и схемы вышивания. Научившись вышивать в детстве, ваша девочка может стать настоящей рукодельницей. Это занятие отлично развивает мелкую моторику, восприятие цвета, воспитывает усидчивость и аккуратность в работе. А шедевры вашей Марьи-искусницы можно дарить на праздники родственникам или закреплять в рамку и вешать на стену.

Книжки с заданиями

Книжки с логическими заданиями и головоломками интересны не только мальчикам, но и девочкам. Сегодня в продаже имеются разнообразные варианты книг для интересного досуга.



Самостоятельные игры для детей в 4- 5 лет

Когда накопилось много дел, маме не до игр. Ребенок в 4-5 лет уже понимает, что поиграть с ним некому, пора переходить к самостоятельным развлечениям.

Как приучать ребенка к самостоятельности

Занимать сам себя надолго сможет только тот ребенок, который сознательно стремится быть самостоятельным. Поэтому важно поощрять попытки ребенка все делать самому уже на первом году жизни. В 5 лет ребенку трудновато надолго сконцентрироваться на одном виде деятельности, поэтому хорошо, если вы вместе с ним продумаете примерный график, которого ребенок будет придерживаться.

Научив ребенка что-то делать, не выполняйте больше эту работу сами!

Если у него получилось раз заправить постель, превратите это в обязанность. Не одевайте и не раздевайте ребенка: в 4-5 лет он отлично делает это сам. Слезы и показная беспомощность – это попытки манипуляции, пресекайте их, иначе детской самостоятельности добиться не получится.

Играем по очереди

Рисуем

Предложите ребенку создать картину сообща. Заранее договоритесь, что рисовать будете по очереди, например, по 5 минут каждый. Пока процесс в руках ребенка, можно включить стиральную или посудомоечную машину, развесить белье и т. д.

Строим

По очереди можно создать замок из конструктора: левое крыло строит ребенок, правое – вы.

Лепим

Лепку тоже можно сделать совместной, но заниматься ею по очереди. Например, мама слепила зайчика, а теперь ребенок лепит ёжика. Пока он занят, у взрослых есть время на домашние дела.

Задания ребенку

Собрать альбом

Если у вас накопилось много аппликаций, сделанных ребенком, дайте задание собрать их все в альбом (папку с файлами или в скоросшиватель, можно наклеить в обычный альбом для рисования или фотоальбом).

Нарисовать открытки-приглашения

Планируется семейное торжество? Привлеките ребенка, пусть нарисует приглашения или раскрасит уже готовые.

Можно придумать задания посерьезней и поответственней:

вымыть посуду;

пропылесосить ковер;

разобрать покупки.

Не забывайте похвалить и поблагодарить за выполненное задание.

Хобби и опыты

Опыты

Очень интересным времяпровождением для 5-летнего ребенка могут стать различные опыты. В продаже имеются готовые наборы. Например, водные эксперименты, выращивание кристаллов, создание лизунов и новых ароматов. Но можно начать с самого простого — пищевого красителя и нескольких баночек с краской. Ребенок научится смешивать и получать новые цвета, используя исходные три основных цвета.



Хобби

Мыловарение, изготовление свечей, создание ёлочных игрушек, поделки к праздникам и подарки ко Дню рождения бабушкам... 5-летний ребенок может самостоятельно изготовить простейшие поделки, при условии, что взрослый покажет (иногда не один раз) как это делается.

Внимание! Некоторые виды хобби, например, изготовление свечей или мыла обязательно проводить под присмотром взрослого!

Приучение ребенка 4-5 лет к труду

Со скольких лет приучать ребенка к труду? Уже с полутора-двух лет малыш может помогать убирать игрушки, по вашей просьбе приносить какие-то предметы, например, пульт от телевизора. Чем старше становится ребенок, тем серьезнее могут быть его обязанности. Но помните, если для малыша двух лет труд – это игра, то для 5-летнего ребенка работа не столь интересна. Поэтому важно начинать приучение как можно раньше, но делать это правильно.

Самое важное: будьте примером для ребенка. Только показывая свою любовь к труду, вы вырастите трудолюбивым и ребенка.

Не запрещайте помогать!

Но следите за безопасностью ребенка. Просит помочь готовить? Поручите помыть овощи. Вместо кухонного ножа дайте неострый (например, столовый или пластмассовый): он пригоден для шинковки мягких или вареных овощей и фруктов.

Четко дайте установку

Во всех подробностях опишите дело, которое необходимо сделать, заранее описав результат: уберу игрушки и увидишь, как чисто станет в комнате.

Задайте примерные временные границы

Например, нужно сложить раскраски после того, как порисуешь, но успеть это сделать до прогулки.

Не перехваливайте ребенка

И ни в коем случае не поощряйте деньгами или сладостями: домашние дела – это не платная работа, а обязанность. Хвалить нужно, но без фанатизма.

Заведите четкий график

Иногда письменное слово сильнее устного: напишите или нарисуйте график детских дел, прикрепите на видное место.

«Сундучок дел»

Можно поставить на видное место в коробочку и складывать в нее карточки, где пишете вы или ребенок сам рисует дела, которые нужно сделать, но время терпит. Пусть карточки будут разноцветными. Встав утром, спросите ребенка, какой цвет сегодня трудится, и, достав карточку нужного цвета, ребенок сделает то дело, которое там обозначено.

Доверяйте ребенку!

Доверяя дело, не бойтесь, что ребенок не справится. Многие родители начинают давать советы «под руку», в том числе совершенно бесполезные:

«Осторожнее!», «Не обрежься», «Не разлей». Как говорят психологи, такой настрой чаще ведет к неудачам. Вместо этого подбадривайте ребенка и обязательно дайте оценку результату (не путайте с похвалой).

«Порой легче самостоятельно сделать дела, чем поручать их детям, – пишут в своей книге «400 способов занять ребенка от 2 до 8 лет» Ш. Фельдчер, С. Либерман. – И все равно постарайтесь не делать замечаний, если помощь ребенка вас не устроила. Ребенок не умеет делать работу так хорошо, как вы, ваша задача – воспитывать чувство ответственности за доверенное дело».

Помощь в домашних делах

Можно коротать время с пользой: переделать дела по дому, привлекая к помощи ребенка. Пусть это будет в форме игры – так интересней!

«Кто в доме больше всех разбрасывает вещи?»

Это легко узнать. Выделите на каждого из членов семьи по коробке, подпишите их. Попросите ребенка весь день следить за порядком и складывать в каждую из коробок лежащие не на местах вещи: папины – в папину коробку, мамины – в мамину и т. д.

«Найди пару»

Сложить попарно носки посульно детям и немного облегчает ваш домашний труд.

«От самой большой – к самой маленькой»

Расставив книги по размеру, можно навести порядок на полке.

«Самый быстрый»

В 4- 5 лет ребенку интересен соревновательный момент. Предложите, например, на скорость развесить вещи в шкафу.

Давно собирались разобрать кладовку? Самое время, когда рядом есть помощник. Ребенок может сортировать вещи, аккуратно раскладывать их по коробкам и т.д. Чтобы было интересней, скажите, что играете в кладоискателей, спрячьте «сокровище» на одной из полок (шоколадку, новую игрушку, билет в цирк и т. д.).

А если дома планируется выпечка, привлеките к ней ребенка! Дети обожают возиться с тестом. Можно научить ребенка лепить пельмени и вареники – очень развивает чувствительность пальцев!

Чем более творческим будет ваш подход к выполнению повседневных дел, тем охотнее ребенок будет в них включаться.

## Спортивные игры для детей в 4-5 лет

Спортом заниматься можно и дома. Идеи спортивных игр дома может предложить и сам ребенок, а можете подобрать и вы. Во что же поиграть?

### Полоса препятствий

Сделайте полосу препятствий из подручных средств. Например, на старте ребенка может ожидать задание «одноножка»: нарисуйте мелом или выложите из бумаги круги, пройти которые необходимо, прыгая на одной ноге. Далее – следующее испытание: проползти по-пластунски. Для этого можно использовать скамейку или узкую ковровую дорожку. Тоннели из стульев, прыжки в мешке, скакалка, обруч – все это можно подключить к препятствиям.

### Баскетбол

Мини-корзины с мини-мячами продаются в магазинах игрушек. Мяч настолько легкий и мал, что серьезного беспорядка не причинит.

### Волейбол

Натяните веревку и поиграйте, используя вместо мяча воздушный шар.

### Меткий стрелок

Сделайте «цель» из обруча или ведра и возьмите мяч. Посоревнуйтесь, кто из 10 бросков совершит больше попаданий.

Если у вас есть еще ребенок близкого возраста или вдруг к чаду нагрянул друг, можно поиграть в перетягивание каната (веревки, скакалки и т.д.). А если подключить к игре папу, то по-честному можно разделить на 2 команды: мама и ребенок в одной, а папа – в другой.

Лучше такие активные игры не проводить перед сном.

### Вечерние занятия

Занятия вечером должны быть спокойными, не перевозбуждать психику ребенка перед сном.

### Рисование, раскраски, наклейки

Все дети любят рисовать, раскрашивать или наклеивать в альбомы наклейки. Бумага, раскраски, карандаши, фломастеры и краски – это универсальные помощники для устройства спокойного детского досуга.

### Вечерняя сказка

Кроме рисования, мозаики и лепки можно поиграть в сказку. Создайте ее по мотивам прошедшего дня, а главным героем пусть станет ваш ребенок. Так

можно обсудить хорошее и плохое поведение, какие-то поступки, не вдаваясь в нотации и нравоучения. Но по закону жанра финал должен обязательно быть хорошим!

#### Театр теней

Это станет спокойным, но увлекательным занятием. Можно изготовить фигурки из бумаги или играть своими руками.

Если есть возможность, то можно предложить ребенку стать режиссером в кукольном театре. Пусть он устроит представление для всей семьи.

Вечером хорошо играть в тихие игры типа лото и домино. В магазинах – огромный выбор настольных игр, приобретите то, что понравится вашему ребенку.

#### Диафильмы

Замените просмотр мультфильмов на диафильм, если у вас сохранился фильмоскоп. Но его прекрасно заменит детский фонарик со сменными дисками. Просто выключите свет, включите фонарик — и чудо начинается!

#### Домашний планетарий

Если есть возможность, обязательно приобретите это полезную «игрушку», она позволит сделать вечерний досуг познавательным.

#### Игры в ванной

Перед сном можно поиграть в ванной. Вода хорошо расслабляет, снимает дневное напряжение, усталость. Положите на дно ванны нескользящий коврик, наберите воды, но не более чем по грудь ребенку.

Не оставляйте ребенка без присмотра в ванной! Даже с пятилетним может случиться беда.

#### Мыльные пузыри

Чем поиграть? Можно пускать мыльные пузыри. А можно взять с собой пальчиковые краски и рисовать на кафеле или стенке самой ванны. Краски нетоксичны и очень легко смываются.

#### Наборы для ванной

Купите ребенку специальный набор для ванной. Они созданы специально для игр с водой: она перетекает из ёмкости в ёмкость, струится водопадами, крутит колесики и т.п.

#### Игрушки для ванной

Мальчишке точно понравится устраивать морские баталии: дайте ему в ванную игрушечные кораблики. Серия машинок Hot Wheels Color Shifters, создана специально для игр в воде: они меняют цвет в зависимости от температуры!

Девочке понравится принимать водные процедуры с куклами так же созданными для игр в воде, например, меняющими цвет волос русалками.

Василий, отец пятилетнего Артема: «Я разрешаю Теме брать в ванну ласты и маску. Он играет в дайвера. Правда, много воды плещет через край ванны, но это не беда».

Чем занять ребенка в 4- 5 лет, если он ничего не хочет?

Когда надоел пластилин, предложите альтернативу - кинетический или живой песок. С этим материалом обожают играть дети всех возрастов, а мамы любят такой песок за то, что от него нет грязи. Если песка нет под рукой – значит, есть интересное занятие: изготовить песок для лепки в домашних условиях. Даже великому нехочухе понравится это занятие!

Живой песок своими руками

Возьмем 6 частей песка, 3 части крахмала и 2 части воды. Смешиваем в глубокой миске и лепим, что захочется. Результат: почти чистые ладошки, на полу ни соринки, а любимое чадо в восторге.

Кристаллы? Легко!

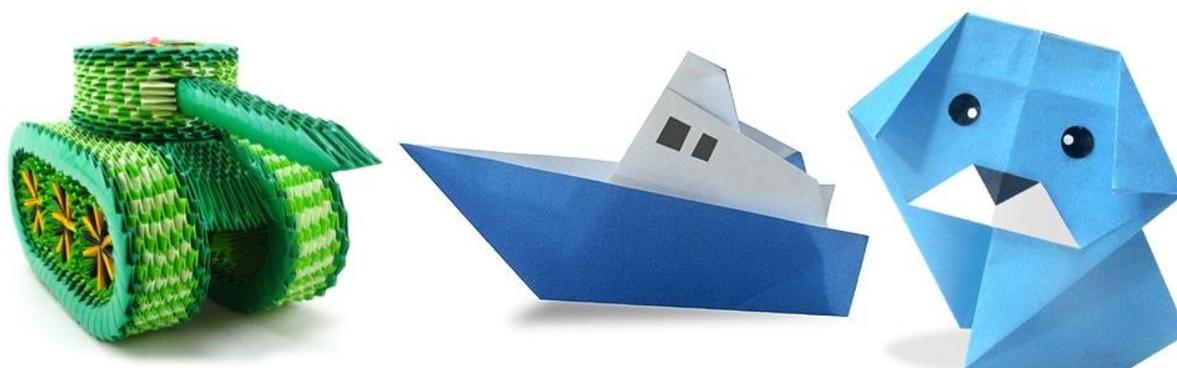
Заинтересуйте ребенка предложением вырастить кристаллы дома. Ему обязательно понравится такой опыт, правда, длится он не один день, но чем дольше ожидание, тем интересней результат!

Можно вырастить кристаллы из обычной поваренной соли (без добавок!). Берем литровую банку и на треть заполняем солью, заливаем доверху горячей водой, перемешиваем. Концентрированный соляной раствор – это среда, в которой вырастут кристаллы. Но понадобится основа – кусочек фетра, например. Вырезаем нужную форму (прямоугольник, снежинку, сердце и т.д.), продеваем в вершине ниточку. Из картона вырезаем крышку на банку, прокалываем крышку иглой, продеваем нить и при помощи зубочистки фиксируем фигурку так, чтобы при закрывании банки весь кусочек фетра очутился в растворе. Дней через 7–10 фигурка полностью покроется хрустальными на вид крупинками – кристалликами.

Оригами

Надоел пластилин или простые аппликации? Увлечите ребенка созданием фигурок оригами. Конечно, будет получаться не сразу, но зато потом он

порадует замечательными поделками!



### Неньютоновская жидкость

Научные эксперименты на кухне – это увлекательно. Приготовите неньютоновскую жидкость, она обладает уникальными свойствами: если погрузить в нее руки плавно, масса будет жидкой, а если резко попытаться вытащить руки – станет твердой. Вязкость вещества будет напрямую зависеть от скорости, с которой на нее воздействуют. Пусть ребенок поможет приготовить эту игрушку, а потом изучает ее свойства. Нужно просто в миске смешать крахмал и воду (1:1).

### Шашки и шахматы

Эти игры не только увлекательны, но и развивают логику, воображение, усидчивость.

### Чем занять гиперактивного ребенка в 5 лет?

Если ваш ребенок – сплошной сгусток энергии, который ни секунды не сидит на месте, возникает настоящая проблема: чем занять гиперактивного ребенка 5 лет? Таким детям важен жесткий режим дня, только тогда и в поведении ребенка будет относительный порядок.

### Спортивный уголок

Хорошо, если в квартире есть место, где ребенок будет выплескивать энергию: спортивный уголок с турником, кольцами, лесенкой, канатом и обязательно матами.

### Игры по времени

Выделите для активных игр время в первой половине дня, а во второй – для спокойных и творческих. Цель игры – это то, что должно заранее обозначаться, иначе ребенок не сможет сконцентрировать внимание на задании.

## Пазлы

Надолго гиперактивного ребенка не хватит, но если подобрать пазлы с картинкой любимого героя, то у него будет цель: собрать картинку.

## Танцы, караоке

Займите ребенка музыкой, пусть танцует или поет караоке: это даст энергии выход. Включайте гиперактивному ребенку классическую музыку.

Положительное влияние музыки на детей колоссально!

## Прогулка с собакой

Если у вас есть собака, берите ребенка на выгул с собой – естественно, если размеры питомца соответствуют. Набегавшись с собакой, ребенок на время станет спокойней.

## Игры с водой

Вода прекрасно расслабляет, позволяйте непоседе играть в ванной не только во время вечерних водных процедур. Аналогичными свойствами обладает песок.

## Заключение

Иногда найти, чем занять ребенка, становится целой проблемой. Но, зная об интересах своего ребенка и проявив немного фантазии, можно придумать немало занятий, которые скоротают день.

Если домашний запас идей иссяк, посетите магазин: отделы детских игрушек изобилуют всевозможными наборами для творчества, настольными и развивающими играми.

## Рекомендуемая литература по теме

- 1.Ш. Фельдчер, С. Либерман. «400 способов занять ребенка от 2 до 8 лет»
- 2.Анна Быкова «Развивающие занятия "ленивой мамы"»
- 3.К. Матюшкина «Школа Кота да Винчи»
- 4.Т. Вяткина «Развивающие игры для детей от 0 до 5 лет»