

Карантин із користю

Зараз багато батьків трохи розгублені з дошкільнятами вдома і часто не знають, як і куди рухатися впродовж дня. Тому ми пропонуємо їм своєрідну «дорожню карту» дня - чек-ліст, у якому перелічуємо вправи чи активності, які можна робити вдома з дитиною. Батьки можуть рухатися за нею, якщо хочуть, або обрати свій шлях. У цей орієнтовний план дня ми намагаємося вкласти основні види діяльності: розвиток мовлення, математичних здібностей, робота з дрібною моторикою, фізичні вправи. Моя найперша порада батькам: заспокойтесь і не перетворюйте карантин на виконання плану академічних досягнень.

Обмежте час вашої дитини з гаджетами, телевізором і будь-якими екранами, а перейдіть на «ручний режим» навчання. Ось 10 найпростіших ідей, доступних кожній родині.

Робіть удома найпростіші експерименти

Можете обрати тему тижня і щодня робити простий експеримент. Наприклад, тема «Вода». Зробіть із дитиною припущення, чи потоне той чи інший предмет у мисці з водою, чи буде плавати ця іграшка у воді? А тоді на практиці дайте дитині перевірити свою гіпотезу. Кухня - чудове місце для експериментів: давайте дітям місити, щось перекладати і насипати. Пам'ятайте, що діти завжди дуже прагнуть бути потрібними рідним і робити щось корисне для всіх. Тому їх вкрай важливо долучати до приготування їжі: попросіть дитину порвати листя салату, намастити хліб маслом тощо. Розвивайте різні аналізатори дитини: зав'яжіть їй очі і пропонуйте вгадати за запахом чи на дотик, який це фрукт, овоч чи продукт.

Читайте картинками

Багато батьків недооцінюють корисність такого «читання», бо це виглядає як гортання книжки. Сенс заняття в тому, що дитина дивиться на ілюстрації в книзі і розповідає свою версію історії чи сюжету, уявляє, що могло статися, про що розмовляють герої. А потім батьки читають і разом порівнюють історію дитини й історію автора. Не зосереджуйтесь на вгадав/не вгадав, а порівнюйте й обговорюйте, чому дитина так вигадала, а автор інакше. Час із книгою дуже важливий, а ще краще, якщо дитина бачить, що батьки читають свої дорослі книжки, а вона може «почитати» свою.

Давайте дитині слухати аудіоісторії

Аудіоканал у дошкільнят розвинений найменше, тому батьки можуть давати дитині слухати аудіоказки. Це мають бути невеличкі оповідання на кілька хвилин. Якщо діти вже вміють читати, можуть стежити в книжці за текстом. Менші можуть слухати і повторювати за диктором фрази чи слова.

Після екранного часу треба повернути дитину в її тіло

Щоразу як дитина занурилася в онлайн-діяльність, в екранний час, її звідти треба «повернути в тіло». Для цього є веселі вправи, наприклад обім'яти дитину

по контуру тіла. Світлана Ройз радить вправу «вибити пил з подушки» - поплескати тіло дитини, наче це подушка, яку треба почистити. Можна разом поприсідати і пострибати.

Прогулюйтесь у квартирі

Діти мають гуляти на свіжому повітрі. Але під час карантину багато дитячих майданчиків і парків зачинені для відвідувачів. Я можу лише уявити, як складно сім'ям з дітьми, які мешкають не в приватних будинках. Якщо є можливість відвезти дитину до бабусі в село - це чудовий варіант, адже там розвиток дитини відбуватиметься відповідно до її потреб і можливостей, та ще й на свіжому повітрі. Якщо бабусі в селі немає, єдиний вихід - влаштувати «прогулянку» у квартирі: відчинити всі вікна і балконні двері, одягнути теплішу кофтинку і шкарпетки і влаштувати біг з перешкодами або гру в хованки.

Створіть удома «смугу перешкод»

Діти мають рухатися, і то багато. Оберіть найдовший можливий маршрут у квартирі, розставте на ньому перешкоди - стільці, подушки, якісь великі іграшки, на підлозі скотчем наклейте стрілочки, куди треба рухатися і що робити: оббігти предмет, підлізти під столом, перестрибнути подушку, закинути м'яча в кошик тощо. Такий домашній атракціон дасть дитині можливість задіяти крупну моторику, усі м'язи тіла, та ще й розвиватиме навички орієнтування в просторі - за стрілками дитина має зрозуміти, що потрібно зробити.

Влаштовуйте домашні загартовування

Наберіть у кілька мисок воду різної температури - теплу і трохи холоднішу, насипте на дно гудзики, камінці, горіхи і дозвольте дітям загартовуватися і масажувати ніжки. Те саме можна робити без води: насипати в коробку горох або іншу крупу і дати дитині досхочу там тупцяти.

Дайте дитині лазити по поверхнях і різати ножицями щодня

Якщо обирати між корисною комп'ютерною грою і випіканням печива із мамою, то дитині значно корисніше буде пекти печиво. Дослідження доводять, що програми на розвиток пам'яті, уваги, логіки справді працюють, але вони розвивають навички роботи саме в цій програмі. І ці вміння не переносяться на інші ситуації із життя.

У дітей до 11 років дуже розвинений кінестетичний канал і треба максимально його наповнити. Діти будуть значно ефективніше вчитися, якщо робитимуть щось руками, ногами, усім тілом. Вони мають розвивати крупну, середню і дрібну моторику. Перескочити якийсь етап тут неможливо, бо це закони розвитку. Усі ці види діяльності мають рівноцінно бути присутніми в житті дитини, навіть під час карантину. Тому дозволяйте дитині лазити - на дивани, на шведську стінку, якщо вона є вдома. Середню моторику гарно розвиває різання ножицями: дайте малечі непотрібні папірці і хай розрізає їх на хвильки, зигзаги, прямі смужки. Раджу, щоб дитина щодня щось різала.

Створіть для дитини ігровий простір удома

Я не рекомендую нашим педагогам надсилати батькам у Viber якісь аркуші із завданнями для дітей для роздрукування. Розумію, що батькам часто немає де їх роздрукувати. Значно ефективніше замість роздруківок узяти коробку від взуття, намалювати маркером хвильки або якісь фігурки, зверху насипати манку і показати дитині, що по крупі можна малювати пальчиком і повторювати малюнки.

Карантин - це вдалий час для освітян переглянути методи роботи і зрозуміти, що важливе, а що - просто зайвий шум. І знайти дієвіші способи включення дітей. Саме тому батькам дошкільнят важливо забезпечити для них ігровий простір вдома: можливість рольових ігор, перевдягання, пальчиковий театр, різні види конструкторів.

Не примушуйте дошкільнят навчатися на карантині

Ви можете пропонувати, зацікавлювати, вигадати якусь мотивацію, пояснювати, чому це важливо. Але, на моє глибоке переконання, навчання не має псувати стосунки батьків і дитини. Батьки дошкільнят мають зараз просто заспокоїтись і усвідомити: діти все засвоять, цей час не є згаяним і батьки не мають виконувати план академічних досягнень. Просто приділяйте увагу дитині, проводьте з дітьми час. Малі діти потребують енергії і уваги батьків, тому прошу батьків: не навчайте дітей на карантині читати чи рахувати, краще грайтеся, дурійте, співайте, гортайте книжки і готуйте разом їжу - це буде найкращий розвиток дитини, побудова довірливих стосунків і суттєвий внесок у розвиток безумовної любові між батьками і дітьми.