**Уважаемые родители!**

Вы можете проявить себя осознанными, внимательными и понимающими родителями. Вы можете стать для ваших детей источником вдохновения на новые, интересные дела, партнером, другом и союзником в их детском мире. Сделать это не так сложно, как вам может показаться. Самое главное, принять это решение и начать испытывать НЕ эмоции раздражения от вынужденного сидения дома, а эмоции радости от совместного проживания текущей ситуации вместе со своим самым близким человеком на свете – ребенком!

А в помощь вам в поиске идей для совместных дел, мы предлагаем вот такие ссылки:

-Если вы хотите ***поиграть в подвижные игры***, вам сюда: <https://daynotes.ru/podvignie_igri_dlya_detey_v_pomeshenii/>

-Если вы хотите ***порисовать***, вам сюда:

<http://risuemdoma.com/video>

-если вы хотите ***почитать интересные книжки***, вам сюда:

<https://mishka-knizhka.ru/skazki-dlay-detey/>

-Если вы хотите вместе ***послушать аудиокниги***, вам сюда:

<https://deti-online.com/audioskazki/>

-Если вы хотите ***устроить домашнюю дискотеку***, вам сюда:

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLJjGmM6lHmBZc40XpBWsLYR0YYvqgu2bm>

-Если вы хотите ***поговорить " о важном"***, вам сюда:

1. <https://vseprorebenka.ru/vospitanie/psihologija/krizis-7-let-u-rebenka.html>

2. <https://www.adme.ru/svoboda-psihologiya/11-sovetov-ot-mnogodetnoj-mamy-psihologa-chemu-opytu-doveryayut-milliony-roditelej-2120815/>

3. <https://www.ya-roditel.ru/parents/consultation/>

4.  <https://www.det-psi.ru/zadat-vopros/>

5. <https://mojmalysh.ru/?p=1867>

6. [https://schoolpsy.wordpress.com/2011/10/26/ответы-психолога-на-вопросы-родителе/](https://schoolpsy.wordpress.com/2011/10/26/%D0%BE%D1%82%D0%B2%D0%B5%D1%82%D1%8B-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0-%D0%BD%D0%B0-%D0%B2%D0%BE%D0%BF%D1%80%D0%BE%D1%81%D1%8B-%D1%80%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D1%82%D0%B5%D0%BB%D0%B5/)

7. [https://преодоление35.рф/sajty/](https://xn--35-jlcdbauwtgbin.xn--p1ai/sajty/) (все для родителей детей с ОВЗ)

-Если вы хотите ***сделать игрушку своими руками из подручных средств***, вам сюда:

1. <https://www.adme.ru/svoboda-sdelaj-sam/11-klassnyh-igrushek-kotorye-vy-mozhete-izgotovit-s-detmi-pryamo-sejchas-1411465/>

2.[https://www.passion.ru/mama/obuchenie-i-razvitie-d...](https://www.passion.ru/mama/obuchenie-i-razvitie-detey/sdelay-sam-7-interesnyh-igrushek-iz-podruchnyh-sredstv-154972.htm)

3.[https://www.uaua.info/ot-1-do-3/razvitie-ot-1-do-3...](https://www.uaua.info/ot-1-do-3/razvitie-ot-1-do-3/news-44782-chem-zanyat-detey-doma-razvivayuschie-igry-dlya-malyshey-svoimi-rukami/)

4. [https://zen.yandex.ru/media/33podelki/-podelki-iz-...](https://zen.yandex.ru/media/33podelki/-podelki-iz-brosovogo-materiala-svoimi-rukami-5d8c44139515ee00ac77be4d)

# 5. - [https://www.uaua.info/ot-1-do-3/razvitie-ot-1-do-3...](https://www.uaua.info/ot-1-do-3/razvitie-ot-1-do-3/news-44782-chem-zanyat-detey-doma-razvivayuschie-igry-dlya-malyshey-svoimi-rukami/)

## 6. - [http://semeynaya-kuchka.ru/42-podelki-malysham-dly...](http://semeynaya-kuchka.ru/42-podelki-malysham-dlya-detej-1-2-let/) (для малышей 1-2 года)

-Если вы хотите ***построить необычные постройки***, вам сюда:

<https://razvivash-ka.ru/detskij-konstruktor-svoimi-rukami/>

-Если вы хотите ***приготовить вместе что-то вкусненькое***, вам сюда:

<https://www.passion.ru/food/sostavlyaem-menyu/9-blyud-kotorye-legko-prigotovit-vmeste-s-rebenkom-153812.htm>

-Если вы хотите, вместе ***заняться спортом***, вам сюда:

<https://youtu.be/eIqGGK3becA>

-Если вы хотите ***сделать аппликацию***, вам сюда:

1. <http://rodnaya-tropinka.ru/masterim-s-detmi-svoimi-rukami/applikatsiya-s-detmi/>

2. <https://tytmaster.ru/podelki-applikacii/>

3. <https://tratatuk.ru/materialy/podelki-iz-bumagi/podelki-dlya-detej.html>

-Если вы хотите ***слепить что-то из пластилина***, вам сюда:

1.[http://ihappymama.ru/poshagovyj-master-klass-po-le...](http://ihappymama.ru/poshagovyj-master-klass-po-lepke-lepim-milyh-zhivotnyh/)

**Это важно!** Малышам в возрасте до 2-х лет запрещено сидеть перед цифровым дисплеем, для них важно живое эмоциональное общение с взрослыми: чтение сказок, рассматривание картинок, пение песен, игры, двигательные упражнения.

Дети 3-4 лет могут проводить за компьютером не более 20 минут, в остальное время, они также будут играть в дидактические и сюжетно – ролевые, настольные игры, которые предложат педагоги.

Начиная с 6-ти летнего возраста, ребенок может использовать компьютер для того, чтобы углубить и расширить знания об окружающем мире, в области математики, грамоты, для изучения языков. В этом возрасте ребенок может использовать компьютер не более 60 минут в день, с обязательным перерывом на динамические паузы.