



«Мама, мне скучно!»

Пока ребенок находится в детском садике, родителям не о чем переживать – там малыш учится, общается с друзьями, играет. Но, что делать ребенку, когда он находится дома? Дети с 4 – 6 лет – непоседливые сорванцы, которые уже более осознанно подходят к проведению своего досуга. **Правильно организованные занятия ребенка – это залог не только своевременного развития, но и интересного взаимодействия малыша со своими родителями.**

Чем же занять ребенка:

1. **Дети такого возраста очень любят рисовать.** Поэтому иногда достаточно дать в руки ребенку большое количество ярких карандашей, фломастеров, красок и альбом. Если малыш не расположен к рисованию, вместо альбома можно предложить большой лист старых обоев – такой масштаб не оставит равнодушным ни одного ребенка. Предложите своему ребенку сделать выставку своих работ, пусть она будет постоянно действующей или создать из работ настольный календарь.
2. **Пара старых журналов или газет и степлер или дырокол позволят занять малыша на пару часов.** Ребенок с удовольствием будет проделывать дырочки. ВАЖНО! Во время такого занятия следует внимательно следить за малышом, чтобы он случайно не продырявил занавески или свою одежду. Более старшим детям можно предложить сделать рисунок с помощью дырокола.
3. **Вырезание ножницами.** Для этой игры подойдет старый журнал, обои или специальные детские развивашки с фигурками для вырезания. Ребенок с удовольствием нарежет горы мусора. Четырехлетки уже могут самостоятельно вырезать геометрические фигуры, поэтому можно показать как резать треугольники, квадраты или кружочки. Можно нарезать фигурки из цветной бумаги и сделать красивую аппликацию, о можно изготовить гирлянду на новый год.
4. **Создание трафаретов.** Из интернета можно скачать и распечатать фигуры цифр, букв или животных и использовать их как трафарет для рисования. Ребенок с удовольствием будет обводить силуэты и раскрашивать их.
5. **Дети очень любят лепить фигурки из пластилина.** Помимо пластилина вы можете приобрести ребенку тесто для лепки, или же во время лепки вареников и пельменей привлекайте и своего маленького помощника. Поверьте, он будет горд, когда на тарелке увидит блюдо собственного приготовления. Еще интереснее лепить из соленого теста, поделки из которого можно раскрасить на следующий день.
6. **Совместное создание домика из подушек и одеял,** внутри которого будет фонарик приведет малыша в настоящий восторг.
7. **Наклейки.** Упаковка наклеек и альбом позволят занять ребенка на некоторое время. Однако, дети не ограничиваются альбомными листами и наклейки могут оказаться где угодно: на холодильнике, шкафу, зеркале и т. д. Совместите аппликацию и наклейки и у вас может получиться много интересных поделок, которыми будет гордиться Ваш ребенок.

8. **Фото и видео на телефон.** Ребенок с удовольствием будет делать свои снимки, снимки своих работ на фронтальную камеру или снимать себя на видео. Во время репортажей малыш может рассказывать стихи, петь песни.
9. **Коробка с разноцветными пуговицами.** Отличное развлечение, которое достаточно дать ребенку в руки. Он сам придумает, как поиграть с этим.
10. **Моток ненужной пряжи.** Нитки спасти уже не получится, зато ребенок будет увлечен игрой с клубком минимум на полчаса.
11. **Мозаика может занять ребенка на 2 минуты или 2 часа,** в зависимости от ситуации. Но эту игрушку всегда следует держать под рукой.
12. **Игры «ходилки – бродилки»,** которые уже давно известны ребенку, можно разнообразить изменив условия игры, добавив рассказывание стихотворения или выполнения физического упражнения.
13. **Дети любят слушать всякие истории.** Можно увлечь их прослушиванием аудиосказок или просмотром аудиокниг, в которых помимо красочных картинок голосом рассказчика повествуется увлекательные истории и сказки. Возможно сочинение собственной сказки.
14. **Для детей 6-7 лет** подходят разные эксперименты, **только в присутствии взрослых:** извержение вулкана, изготовление лизуна и т.д.
15. **Игры с водой** – занятие, вызывающее у детей бурный восторг. Для игр с водой существует масса вариантов:
 - Во время купания, с участием игрушек или морской флотилии, посуды или специальных водных игрушечных горок.
 - В тазу или другой емкости, с участием детской пены для купания, которую можно подкрасить красками или пищевыми красителями. Еще один вариант - шоу мыльных пузырей.
 - Используя водяные пистолеты и брызгалки, направляя струю в намеченную в ванне мишень.
 - Набрать воды в таз и пускать бумажные кораблики, сделанные собственноручно. Можно устроить регату и соревноваться, чей кораблик придет первым, дуя на него.

Водные игры требуют особого контроля родителей, и если ребенок находится в ванне с водой, лучше не оставлять его без внимания!

«Мама, мне скучно», – жалуется моя шестилетняя дочь. Большинство родителей знают, скука — не такое уж плохое явление, она: **помогает в учёбе, помогает разобраться в себе, подталкивает к экспериментам, снижает стресс, предотвращает депрессию, уменьшает тревожность.** Очевидный плюс скуки ещё и в том, что она укрепляет родительское терпение. Но тогда как реагировать на скучающее чадо? Вариантов немного, однако они есть.

1. **Обратите детское внимание на «предложенные развлечения».** Ребёнку скучно? Предложите ему, к примеру, перебрать все книги в шкафу, даже самые дальние. Возможно, он наткнется на настоящее сокровище, которое по-настоящему его заинтересует. Или же предложите отложить в сторону старые игрушки и достать из кладовой те, которые он давно не видел (или вообще забыл об их существовании).

2. **Подайте пример.** Скажите ребёнку: «Не можешь найти себе занятие? Ну, ничего не поделаешь. А я пойду посмотрю фильм, поглажу белье, приготовлю салат, вышью цветочек на рубашке». Кто знает, может, сын или дочь присоединится, или это натолкнет их на мысль?

3. Задавайте вопросы. Это один из самых элементарных и доступных способов преобразовать детскую реальность: «Чем бы ты сам хотел заняться? Тебе понравилось рисовать гуашью? А ты бы смог нарисовать огромный замок, где живёт вампир? Как думаешь, если построить домик из одеял и подушек, он не рухнет?».

4. Бездействуйте. Забавно, но этот способ самый действенный. Услышав слова ребенка «мне скучно», сразу кидалась организовывать досуг дочери, хочу отметить если я предлагала заняться совместной деятельностью, она включалась в процесс. Предложение самостоятельной деятельности - никогда не действовало и ребенок отходил от меня неудовлетворенным. Однажды, моя дочь, просто объяснила мне, что ей хочется просто посидеть рядом, обняться. Я стала выполнять ее требования, на высказывание «мне скучно», она садилась на колени и через некоторое время вставала: «Я знаю, чем мне заняться!» – и уходила.

Теперь я понимаю, что детская скука очень часто не имеет ничего общего с нехваткой занятий или даже с нехваткой интересных занятий. Она может возникать из-за нехватки энергии вследствие недостатка привязанности. Ребенок, которому не хватает привязанности, часто становится одержим ею. Фраза «Мне скучно» на самом деле значит «У меня нет энергии что-то делать. Мне нужно, чтобы меня обняли, поддержали на коленях или со мной поговорили те, к кому я привязан, например, мама, папа или бабушка». Когда потребность ребенка в привязанности удовлетворена, открывается резервный запас энергии (внутренней энергии), и ребенок сам видит множество возможностей того, чем можно заняться. Этот подход хорошо описал Ньюфелд.