«Чем занять ребенка дома. Период карантина.»

По мнению психологов, музыка положительно влияет на мозг, здоровье и настроение, а также помогает успокоиться и достичь душевного равновесия.



Главное помнить, что **самоизоляция** - это **не приговор**, а наоборот, повод побольше проводить времени со своими детьми, играть с ними, общаться, заниматься, выполнять совместные задания. **Карантин** для творческого человека - **почти отпуск!** Занятия музыкой очень нравятся детям в любом возрасте, поэтому родителям нужно только немного направлять детей, давать задания, и, естественно, хвалить! Потому что любое **желание** заниматься чем-то должно поощряться.



Вот некоторые советы, для организации музыкальной деятельности дома.

Слушание: включайте почаще музыку, детскую, классическую, современную, поговорите с ребенком о характере (быстрая, медленная, грустная, бодрая, торжественная, печальная и т.д.), можно потом предложить нарисовать под эту музыку, сочинить рассказ.



Пение: петь можно как выученные ребенком песни в детском саду, так и новые детские песни, которые без труда можно найти на просторах интернете. Можно устроить шоу с переодеваниями, конкурс, кто лучше споет





Музыка и движения: сбрасывать напряжение с помощью физических упражнений и энергичных танцев под бодрую музыку желательно вместе с детьми. Это можно делать в любое время, но и не забывайте про утреннюю гимнастику, музыку со словами, легко найти, например Железновы, у них же можно брать пальчиковые игры. Устроить дискотеку, шоу «Танцы» и т.д.



Оркестр: наверняка в каждом доме есть какие-либо музыкальные инструменты, но если нет, можно использовать фантазию (ложки, вилки, барабаны из кастрюль...)









Также можно учить стихи, а можно сочинять самим, сделать театр теней самостоятельно не составит особого труда, перед сном послушать аудиосказку.

Будьте здоровы и помните, **дети – отличная компания**! Главное – правильный подход и позитивный настрой. И тогда ваши вынужденные выходные пройдут с пользой, весёлыми моментами, а главное – без головных болей и стрессов!

