**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**«КАК ВЫСТРАИВАТЬ ОТНОШЕНИЯ С РОДИТЕЛЯМИ ВО ВРЕМЯ ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ»**

1. **КАКУЮ ИНФОРМАЦИЮ ДОВЕСТИ ДО СВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ И КАК ЭТО СДЕЛАТЬ**

В этом пункте: какую информацию по ограничительным мерам, которые внедряет ОО, необходимо донести до родителей. Продумаете, как ее преподнести, чтобы сохранить положительный имидж учреждения. Организуете конструктивное взаимодействие с семьями.

### ****Как не спровоцировать панику среди родителей****

Пандемия коронавируса – сама по себе новость тревожащая. А карантин, переход на дистанционное обучение, еще больше пугают родителей. Чтобы не спровоцировать панику и скандалы, тщательно отбирайте информацию, которую будете транслировать.

Придерживайтесь трех правил в выборе информации, которую собираетесь довести до сведения родителей.

**Правило 1.** **Отбирайте источники информации.** Будьте разборчивы. Выберите 2-5 официальных источников, которые предоставляют точные и проверенные факты. Маркеры в примере ниже помогут убедиться, что источнику можно доверять.

Пример

***Индикаторы качественного источника информации***

1. Точные статистические данные.

2. Ссылки на действующее законодательство.

3. Указание должностных лиц и учреждений, которые имеют отношение к решению проблемы.

**Правило 2. Читайте мнения экспертов.** Прислушивайтесь к мнению тех людей, которые имеют соответствующее обсуждаемой проблеме образование и опыт, а также представляют официальные госучреждения.

**Правило 3. Не позволяйте собой манипулировать.** Сомневайтесь и проверяйте информацию. Не доверяйте статьям с броскими, кричащими заголовками. Проверяйте источник, правдивость, логичность и уместность информации.

### ****Что и как рассказать родителям о коронавирусе****

Предположим, следуя правилам выше, вы выбрали информацию, которую можно транслировать родителям. Теперь тщательно запишите факты и расскажите о них коллективу. Факты должны быть конкретные, проверенные, информативные. Объясните педагогам, что ваше учреждение отвечает за всю предоставленную родителям информацию.

Чтобы рассказать родителям о карантине, приводите краткие и точные статистические сведения по заболеваемости коронавирусом в России. Добавьте данные для сравнения по другим странам, чтобы сопоставить динамику заболеваемости.

Пример

***С какого сайта можно взять сведения***

Отслеживайте информацию по коронавирусу на сайте стопкоронавирус.рф.

Пользуйтесь рекомендациями ВОЗ и Минздрава по защите от вируса и поведению на карантине. Готовые рекомендации этих ведомств просто написаны и наглядно оформлены. Распространяйте только такую информацию.

Сообщите родителям телефон Единой горячей линии по коронавирусу: 8-800-2000-112.

### ****С какими документами по коронавирусу ознакомить родителей****

Ознакомьте родителей с приказами ОО, которыми ввели профилактические и ограничительные меры для защиты от коронавируса. С чем конкретно ознакомить, читайте ниже.

**Приказ об ограничительных мерах (карантине) по недопущению распространения коронавируса.** Проследите, чтобы в приказе было предельно ясно описано, какие именно действия ограничиваются и на какой срок. Будьте готовы ответить родителям, для чего введено то или иное ограничение в ОО. Например, исполнение всеобщего приказа для образовательных учреждений, снижение риска контактов с заболевшими, уменьшение нагрузки на иммунитет и так далее.

**Приказ о переходе на дистанционное обучение.** Родители должны понимать, как долго дети будут получать новые знания в режиме онлайн, что требуется от педагогов, а что – от самих родителей. Педагоги должны проговорить с родителями все возникающие вопросы. Это можно сделать любым способом, в том числе через онлайн-мессенджеры и сервисы видеосвязи.

### ****О чем не стоит рассказывать родителям****

Чтобы минимизировать вероятность паники и пустых дискуссий, старайтесь не обсуждать ту информацию, которую нельзя отнести к фактам. Например, гипотезы, непроверенные сведения, личные мнения.

Ни при каких обстоятельствах не обсуждайте политическую сторону, слухи, персональные сведения о болеющих детях, членах их семей и педагогах. Старайтесь не обсуждать собственные эмоциональные состояния и опасения. Транслируйте такую позицию: действуем согласно обстоятельствам, проблему решим, безопасность детей и семей не нарушим.

### ****Какие психотерапевтические техники можно использовать****

Когда будете давать родителям информацию по карантину, используйте два психотерапевтических приема (рисунок).

**Приемы, которые позволят правильно донести до родителей информацию по коронавирусу**





### ****Какие речевые стратегии можно подключить к работе с родителями****

Вот несколько действенных техник и примеры, как их применять.

**Допущения.** Используйте высказывания, которые дадут родителям и педагогам почувствовать, что желаемые результаты зависят от наших действий.

Пример

***Высказывания-допущения: какие они***

«Как только мы начнем…, риск станет ниже»

«Прежде чем переходить к…, все займемся…»

«Когда …, тогда и …»

«Если …, то …»

«Как только…, мы (вы)…»

«После того, как…, результаты будут…»

**Вопросы, которые помогают родителям осознать важную информацию.** Формулируйте вопросы так, чтобы в них была заложена установка на нужные вам действия.

Пример

***Как могут звучать вопросы-установки***

Начинайте вопросы с фраз:

«Вы уже понимаете, как…?»

«Вы обратили внимание, что…?»

«Каким образом мы будем…?»

«Какие предложения есть о том, как…?»

***Готовые примеры вопросов*:**

«Все понимают, какой объем заданий нужно выполнить?»

«Вы уже обдумали, как построить режим обучения дома?»

**Трюизмы.** Используйте в речи банальности, очевидные факты. Старайтесь с их помощью направить внимание слушателей на нужный вам ракурс обсуждения проблемы и сформировать доверие.

Пример

***Какие трюизмы можно использовать в беседе с родителями***

Начинайте трюизмы с фраз:

«Каждый человек…»

«Мы все знаем, что…»

«В Центре (клубе) всегда…»

«Никто не может знать…»

«Всегда есть вероятность…»

«Всем известно…»

***Готовые примеры трюизмов:***

«В образовательных учреждениях всегда много вирусных инфекций, это не первая»

«Мы не первый день работаем вместе»

«Эту проблему все равно придется решать»

1. **КАК ОТВЕЧАТЬ НА ВОПРОСЫ РОДИТЕЛЕЙ ПРО ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ**

Мы уверены, что вы уже грамотно и аккуратно рассказали родителям об изменениях в работе учреждения в период пандемии. Родителей беспокоит ситуация с дистанционным обучением. Вопросов у них больше, чем ответов. В ваших силах успокоить родителей и объяснить, что новая форма обучения пойдет детям на пользу, расширит их кругозор. Как отвечать на популярные вопросы родителей о дистанционном обучении, читайте в этом пункте.

**Организуйте анкетирование родителей**

Проведите анкетирование родителей, чтобы узнать о технических возможностях дистанционного обучения обучающихся. Сделайте это через мессенджеры или учрежденческий портал. Так вы узнаете, кто из ваших обучающихся не имеет доступа к интернету, и вовремя разработаете для них индивидуальные конспекты занятий с заданиями.

*Для подготовки ответов на вопросы из этого пункта использованы материалы недавнего интервью министра просвещения С. Кравцова и главы Рособрнадзора А. Музаева.*

**Вопрос 1. Как проходит дистанционное обучение?**

Педагоги рассылают обучающимся задания из собственной базы электронных заданий или из готовых разработок с порталов дистанционного образования. На этих порталах содержится банк видеоуроков по всем основным предметам от высококвалифицированных педагогов. Дополнительно все официальные сайты открыли бесплатный доступ.

**Покажите родителям список онлайн-платформ для обучения**

Предоставьте родителям список ресурсов, чтобы дети могли дополнительно заниматься самостоятельно. Выложите список на сайте учреждения.

**Вопрос 2. Как педагоги будут выходить на связь с обучающимися – отвечать на вопросы, проверять выполнение заданий?**

Каждый педагог сообщит свой канал для обратной связи. Это может быть учрежденческий портал, мессенджер, электронная почта, чат, в том числе, в социальной сети.

**Вопрос 3. Не слишком ли много будет работы в электронном формате? Это ведь вредно!**

Обучающие материалы для обучающихся короче, чем обычные занятия. Педагоги будут соблюдать требования СанПиН. Задания для самостоятельной работы будут давать таким образом, чтобы у детей не было непрерывной работы на гаджете. Например, ребенок может выполнять задание в тетради и высылать фото выполненного задания.

**Вопрос 4. Что делать ребенку, если он не понимает дистанционные объяснения?**

Важно сказать педагогу, какой именно материал ребенок посмотрел, в каком месте возникли трудности, какие конкретно вопросы возникли. Педагог даст ответы и рекомендации, как преодолеть трудности.

**Вопрос 5. Насколько часто педагоги будут выходить на связь с обучающимися и родителями?**

Педагоги будут на связи с обучающимися с такой же частотой, как в обычное учебное время. Если в расписании объединение 2 раза в неделю, то педагог будет в те же дни недели выкладывать материалы и задания.

**Вопрос 6. Нам кто-то будет сообщать, как учатся наши дети?**

Педагоги ведут журналы в обычном режиме. Там будут появляться пометки. Если ребенок не высылает задания, педагоги сообщат через электронные средства связи. Учреждение будет выполнять весь объем учебной работы и общения с семьями, какой потребуется. Временно меняется форма общения с обучающимися и семьями, но обязанности педагогов остаются прежними.

**Вопрос 7. Надо ли брать справку ребенку, если он заболеет любой болезнью во время карантина?**

Обязательно. Действуйте так же, как в обычное учебное время. Справка о заболевании необходима.

**Вопрос 8. Я должен проверять, занимается ли мой ребенок дистанционно?**

Поддерживайте связь с педагогом, как вы это обычно и делаете. Знакомьтесь с информацией на сайте. В остальном будьте вовлечены в обучение ребенка в той же мере, как делаете это обычно.

**Вопрос 9. Насколько сильно мне нужно участвовать в обучении ребенка? Я ведь не просто дома сижу, а удаленно работаю.**

Ваше участие главным образом организационное. Обеспечьте ребенку рабочее место дома: тихое, чистое, с необходимым оборудованием, ноутбуком или планшетом.

Если есть возможность, дайте наушники ребенку и сами используете наушники, если ведете переговоры по гаджету, чтобы не было высокого уровня шума. Не вторгайтесь к ребенку без необходимости.

Обсудите режим: в какое время он будет слушать материалы занятий, когда выполнять задания, чтобы согласовать бытовые моменты. Не пытайтесь стать педагогом на время карантина – педагоги есть, они продолжают выполнять свой функционал.

**Вопрос 10. Как общаться с педагогами во время карантина?**

Желательно дистанционно, так как карантинные меры ужесточают практически каждый день. Пообщайтесь с педагогом через Skype, Zoom, WhatsApp, в соцсетях. Продолжайте пользоваться телефоном – городским и мобильным.

1. **КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ДИСТАНЦИОННОЕ ОБУЧЕНИЕ РЕБЕНКА.**

**ПАМЯТКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

Дистанционное обучение в условиях карантина кажется родителям большой проблемой. Они не понимают, чего требовать от детей, надо ли взять на себя роль педагогов и следует ли контролировать занятия. В этом пункте найдете пять полезных памяток по дистанционному обучению. Эти материалы для родителей, будут вывешены на сайте Центра, чтобы снизить их тревожность и развеять различные сомнения. Памятки можно распространить через чат.

Сообщите родителям, что педагоги-психологи готовы при необходимости давать краткие дистанционные консультации. Расскажите, как в условиях дистанционного обучения связаться с этим специалистом.

**Памятка 1. Как создать условия для дистанционного обучения детей**

**Памятка 2. Как сохранить психологический комфорт в семье**

**Памятка 3. Как организовать рабочее место ребенка**

**Памятка 4. Как организовать собственный режим**

**Памятка 5. Как контролировать дистанционное обучение ребенка**

Памятки находятся в приложении «Памятки для родителей».

1. **КАК ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ С ДЕТЬМИ И ИХ РОДИТЕЛЯМИ В ПЕРИОД КАРАНТИНА**

В заключительном пункте даны памятки, которые помогут педагогам правильно реагировать на сложные эмоциональные ситуации в условиях карантина. Разбор различных ситуаций и как из них выходить. Советы помогут проще строить взаимодействие с семьями в онлайн-режиме.

**Что предпринять, чтобы не допустить паники в родительском чате**

В родительских чатах атмосфера накалена почти постоянно. Источников для волнений достаточно, а тут еще и вирус. Что делать, чтобы не допустить паники в общем чате, ведь она негативно влияет на образовательный процесс? Вот пять советов для ваших педагогов.

**Совет 1.** Превентивно реагируйте. От вас зависит, какая информация поступит в чат от имени ОО. Ежедневно делитесь точной и актуальной информацией о принимаемых мерах.

**Совет 2.** Следите за этикой. Опирайтесь на правило трех «С»: следить всегда, следить заранее, следить ежедневно. Просите писать в чат только по делу, по делу – только о классе или группе, о классе или группе – только то, что важно для всех.

**Совет 3.** Свяжитесь с паникером. Кто-то пишет сообщения, которые нагнетают панику? Позвоните или напишите этому родителю. Попросите сначала рассказать вам ту информацию, которой он делится. Внимательно и корректно выслушайте, обсудите возможные планы действий.

**Совет 4.** Переключите на факты и действия. Чат наполняется эмоциями, тревогами, агрессией? Уточняйте факты. Переключайте с эмоций на факты. Не просите успокоиться, это не помогает. Предлагайте планы действий.

**Совет 5.** Дайте ссылку. Разместите в чате ссылку на авторитетный и спокойный источник информации о вирусе.

**Как действовать, если родитель провоцирует панику в общем чате**

Допустим, педагог не уследил, и кто-то из родителей рассылает в общем чате устрашающие новости о коронавирусе, убеждает остальных, что все плохо, а будет еще хуже. Расскажите педагогам, как на это реагировать. Дайте пять советов.

**Совет 1.** Сразу подключитесь к обсуждению. Спокойно спросите, нужна ли помощь. Выслушайте, не высказывая негатив.

**Совет 2.** Выразите понимание. Скажите: «Представляю, как вы волнуетесь», «Конечно, мы все беспокоимся». Признание чувств – предохранительный клапан, который помогает взять себя в руки.

**Совет 3.** Смените ракурс. Сообщите о защите: коротко и ясно скажите, что именно предприняла ваша ОО, чтобы обеспечить безопасность в период пандемии. Дайте максимально конкретную информацию.

Пример

*О чем сказать родителям, чтобы снизить панику*

1. Закупили и применяем дезинфицирующие средства, занимаемся кварцеванием помещений для детей.

2. Перешли на дистанционный режим обучения: процесс уже отлажен, беспокоиться не о чем.

3. Будем учиться в онлайн-режиме столько, сколько потребуется. Пока пандемия не закончится, в учреждение детей никто ходить не заставит. Программу осваиваем в штатном режиме.

**Совет 4.** Работайте на реализм. Паника возникает как от нехватки информации, так и от ее избытка. Возвращайте родителей к реальности: назовите план действий, укажите, на что можно повлиять. Например, применяйте слова: мыть, избегать, следить и т. д. Поделитесь реальной информацией из достоверных источников, например, Минздрава, врачей-экспертов.

**Совет 5.** Займите паникеров делом. Дайте родителям поручение. Например, попросите составить список рекомендаций на основе публикаций в СМИ или попросите протестировать порталы дистанционного обучения. Самых нервных участников общения уводите из общего чата. Например, скажите: «Мне надо с вами поговорить, напишите мне в личные сообщения». Поговорите хотя бы две минуты в диалоге, предмет общения может быть любой: о ребенке, о волнении родителя, его пожеланиях и т. д.

**Как работать с запуганным ребенком**

Представьте: кто-то из детей под влиянием разговоров взрослых стал тревожным, боится заболеть, не может спокойно общаться и заниматься. Посоветуйте педагогам на этот случай использовать наблюдение, игру и беседы, чтобы быть ребенку опорой. Пять советов для ваших педагогов – ниже.

**Совет 1.** Наблюдайте. Следите за изменениями в поведении детей. Заметно изменились активность, преобладающее настроение, манера поведения? Ребенок говорит о страхе перед болезнью или выражает его в рисунках, заданиях, творчестве? Сообщите педагогу-психологу, родителям и сами поддержите ребенка.

**Совет 2.** Слушайте. Дайте ребенку высказаться. Попросите рассказать вам, чего он боится. Скажите, что видите, как он обеспокоен и что вы готовы выслушать и помочь. Слушайте внимательно и сочувственно, не перебивайте.

**Совет 3.** Объясняйте. Расскажите, что такое внимание к вирусу вызвано в первую очередь его новизной и появлением в разных странах, а болезнь и риск заражения не обязательны.

Пример

*Что можно рассказать ребенку о вирусе*

Объясните, как защититься от вируса: как правильно мыть и дезинфицировать руки, проветривать помещение. Напомните о важности достаточного количества сна и правильного питания. Говорите спокойно, понимающе, не насмешничайте. Не говорите о неправильных действиях ребенка, например, «ты вот руки не хотел мыть». Скажите о правильных: меньше общайся вживую».

**Совет 4.** Подключите творчество. Предложите творческое задание, в котором дети смогут смоделировать и проиграть свой страх. Попросите написать эссе, нарисовать плакат, рассказать вымышленную историю на волнующую тему.

**Совет 5.** Информируйте. Повторяйте обучающимся информацию о профилактике вирусных инфекций в положительном ключе.

Пример

*Что рассказать детям о профилактике коронавируса*

Тщательно моем руки, не трогаем лицо, рот, глаза, правильно питаемся, достаточно спим. Держимся на расстоянии не меньше двух метров от тех людей, кто чихает или кашляет. Сразу сообщаем взрослым, если что-то беспокоит.

**Как говорить с детьми о пандемии коронавируса**

Попросите педагогов не замалчивать тему пандемии, а подробно обсудить ее с детьми. Как это сделать правильно, чтобы не запугать, не обмануть, дать доступную информацию? Вот пять советов для ваших педагогов.

**Совет 1.** Откажитесь от монолога. Выбирайте диалогические формы беседы. Попросите детей коротко сказать или написать, нарисовать главное, что они знают о вирусах. Выслушайте.

**Совет 2.** Объясняйте просто и кратко. Коротко расскажите о коронавирусе, добавляя запоминающиеся для детей факты.

Пример

*Какие факты о коронавирусе можно дать детям*

Где вирус появился, как передается, почему нужен карантин, какова картина в России и непосредственно в вашем регионе.

**Совет 3.** Назовите симптомы болезни. Спросите, что, по мнению детей, надо сделать, если что-то заболело. Спросите, кому они бы рассказали в этом случае. Попросите детей обязательно говорить взрослым, если что-то болит.

**Совет 4.** Дайте опору. Рассказали о рисках – скажите о защите. Дети не могут постоянно держать в голове информацию об опасности. Они либо начинают ее игнорировать, либо уходят в неадекватное поведение. Поэтому расскажите, что помогает избежать вируса и как с ним бороться. Это станет им опорой для самостоятельной профилактики вируса.

**Совет 5.** Используйте наглядность. Поручите детям изготовить собственные памятки с правилами защиты от инфекций и развесить их дома. Предложите ярко оформить зоны умывальников дома: яркие полотенца, мыло, рисунки.

1. **КОПИЛКА ИДЕЙ ЧЕМ ЗАНЯТЬ ДЕТЕЙ ВО ВРЕМЯ САМОИЗОЛЯЦИИ**

Период самоизоляции – время, когда педагогу можно заняться самообразованием, а родителям – уделить больше внимания детям. Ведь даже выходные нужно проводить дома. В этом пункте советы, чем занять детей, пока они находятся на домашнем режиме и свободны от дистанционного обучения. Педагоги могут распространить информацию в родительских чатах мессенджеров или другими способами. Семьи останутся благодарны, ведь сейчас самое время развивать детей творчески и интеллектуально. И при этом важно, чтобы дети не проводили все свободное время с гаджетами.

Главная задача родителей в период самоизоляции – ежедневно доносить до ребенка, что карантин – не каникулы, а учеба, только другого формата. Важно рассказать, что эта мера вынужденная и призвана оградить детей от опасной болезни. Полезно составить график занятий и повесить на видное место, чтобы ребенок четко знал, что и когда ему нужно делать в течение дня.

Список идей, которые позволят родителям разнообразить период самоизоляции. Добавляйте туда свои, обновляйте список, делитесь им с родителями и коллегами.

**Разработайте новый режим дня**

Когда ребенок ходит в школу, его режим дня расписан. Он точно знает, во сколько и где он должен быть, что после учебы нужно выполнить домашнее задание, пойти на тренировку и т. п. Каникулы родители обычно стараются максимально распланировать, предусматривают время для похода в кино, игровую комнату, встречу с друзьями. Но в самоизоляции все не так…

Сядьте и продумайте, в каком режиме жить дальше. Выстройте правила, так будет легче и вам, и ребенку. Лучше обсудить и зафиксировать на бумаге их вместе с остальными членами семьи.

Пример

*Что можно включить в новый режим дня*

В график включите не только занятия ребенка, но и его обязанности. Например:

– приготовить завтрак;

– убрать комнату;

– вытереть пыль.

Важно предусмотреть физическую активность и время, которое ребенок сможет посвятить гаджетам.

**Послушайте с детьми лекции**

В «Детской комнате Арзамаса» на сайте arzamas.academy/special/kids есть подборки книг, мультфильмов и аудиоспектаклей, за которыми можно провести время вместе с детьми. Там собраны подкасты и лекции о литературе, науке и истории. По промокоду "Карантин" все записи доступны бесплатно.

Пример

*О чем можно почитать в «Детской комнате»*

В подкасте «Наука и смелость» рассказывают про историю великих научных открытий, а в подкасте «Экспекто патронум» обсуждают детские книги и различные интересные вопросы.

Старшим школьникам полезно изучить познавательные лекции с сайта образовательного центра «Сириус» sochisirius.ru/video\_lectures, курсы увлекательно-научные курсы «Постнауки» postnauka.ru/courses. Для подготовки к экзаменам, которые никто не отменял, пригодятся записи лекций университетов Высшей школы экономики hum.hse.ru/videolectures или Санкт-Петербургского госуниверситета online.spbu.ru/audiolekcii.

**Подберите для ребенка занятия в зависимости от его увлечений**

У вашего ребенка есть какое-то определенное увлечение? С учетом этого вы можете предложить ему те или иные онлайн-занятия (мастер-классы), в интернете, нужно только найти то, что интересует именно вашего ребенка. Например, ищите в интернете видеоролики по изучению иностранных языков, оттачивайте вместе произношение и учите новые слова.

**Посмотрите кино или сериал**

Не самое интеллектуальное, зато увлекательное занятие. Семейный просмотр кино и мультфильмов – хороший вариант для совместного досуга. Из-за карантина многие онлайн-кинотеатры открыли бесплатный доступ к контенту.

Пример

*Какой онлайн-кинотеатр можно выбрать*

Кинотеатр «Кинопоиск HD» hd.kinopoisk.ru дает 45 бесплатных дней по промокоду POKAVSEDOMA или KARANTIN. Онлайн-кинотеатр «Ivi» ivi.ru предлагает доступ к фильмам и сериалам на 30 дней за 1 рубль.

Бесплатно посмотреть фильмы, сериалы и записи блогеров можно в сервисе Яндекс.Эфир yandex.ru/efir.

**Откройте домашний спортзал**

Многие дети и взрослые остались без привычной физической нагрузки, поскольку спортзалы, спортивные секции, бассейны и кружки закрылись. Учитывая, что большинство людей сейчас постоянно находятся дома, важно продумать, как поддерживать физическую форму. Есть различные онлайн-занятия, но вы можете совместно с ребенком составить график и план упражнений, которые готовы и умеете выполнять.

Подкиньте ребенку идею, что он может по видеосвязи подключать к спортивным занятиям кого-то из друзей через соцсети, ведь вместе все делать намного веселее. Пусть включает музыку, которая ему нравится, и танцует под нее, как умеет. Главное – двигаться.

**Научите строить дома шалаш**

Знает ли ваш ребенок младшего школьного возраста, что такое шалаш? А вы показывали, из чего шалаш можно построить в домашних условиях? Расскажите или напомните ребенку об этом развлечении. В ход могут пойти стулья, занавески, подушки, пледы. Озвучьте идею, опишите возможный набор «инструментов», а остальное ребенок пусть продумает самостоятельно.

**Покажите увлекательные опыты**

Если сами не умеете проводить никакие эксперименты, то есть много различных книг и видео на эту тему. Важно, чтобы информация была доступной и безопасной для детей. Возможно, у вас даже есть комплект для детских опытов, а вы до сих пор его не открыли. Сейчас подходящий момент.

Главная задача взрослого – обеспечить безопасность во время экспериментов. Попросите ребенка быть в поле вашего зрения. Покажите качественные и проверенные источники информации. Попросите рассказать, что именно ребенок хотел бы сделать. Проконтролируйте опыт.

**Разрешите что-нибудь приготовить**

Есть дети, которые любят помогать родителям на кухне с раннего возраста. Главное в этот момент – не обрубить желание на корню, прогнав подальше, мол, не мешай. Вы удивитесь, но ребенок может быть верным помощником на кухне.

Предложите завести свою кулинарную книгу – как ее оформить, ребенок придумает сам. А вы помогите со всеми необходимыми для этого материалами. Например, достаньте красивый блокнот и фломастеры.

Пример

*О чем можно попросить ребенка на кухне*

Предложите ребенку что-нибудь помыть, почистить, принести, подержать, перемешать. Попросите приготовить завтрак, обед, ужин или испечь пирог, придумать новый десерт и т. д. Пусть увлеченно ищет рецепты.

**Поиграйте в настольные игры**

Если у вас есть дома настольные игры, пора их вытащить и занять всех членов семьи. Причем в некоторые игры можно играть и в одиночку. Организуйте ребенку игру с друзьями онлайн, например, в шахматы. Еще сейчас самое время складывать пазлы.

**Откройте домашнюю почту**

Предложите ребенку придумать, что будет служить домашним почтовым ящиком. Либо попросите этот ящик смастерить. Начните писать друг другу письма, главное, не забывайте отвечать. Необязательно писать много: здесь важна сама идея и обратная связь. Можно, например, отправлять посылки с разными вкусностями или приятными подарками.

**Разведите «огород на подоконнике»**

Решите, что именно вы хотите вырастить, купите все необходимое, если у вас этого нет, и приступайте к делу. Если идея ребенку нравится, то вы можете попросить его сначала определиться с тем, что ему было бы интересно посеять. Составьте список вещей, которые нужны, и инструкцию дальнейших действий. Например, расскажите, сколько раз поливать, когда появятся первые ростки и так далее.

**Выберите книги для чтения**

Найдите список книг для определенного возраста и попросите ребенка выбрать по названиям то, что его заинтересовало больше всего. Выпишите это на отдельный лист. Многие книги доступны онлайн или в формате аудио. Протестируйте разные форматы, выберите для себя удобный.

Предложите ребенку самому стать писателем — сочинить сказку или рассказ. Или пригласите присоединиться к виртуальному книжному клубу.