

# Чек-лист для родителей

## Как научить ребёнка играть одному



**Первое и главное: ребенок должен получать качественное внимание от родителя КАЖДЫЙ ДЕНЬ.**

**Хотя бы 20-30 минут, которые посвящены ТОЛЬКО ребенку**

*Это может быть чтение сказки, игра в мяч - что угодно, главное живое. Если в семье несколько детей - это правило распространяется на каждого. Чем качественней общение со старшими, тем проще провести оставшуюся часть дня без внимания взрослых.*

**Убрать все опасные предметы**

*Убрать всё колюще-режуще-царапающее. Надо максимально обезопасить зону игры.*

**Раз в 2-3 недели убирать надоевшие игрушки**

*Не обязательно выбрасывать или отдавать. Можно их отложить на недельку-другую, зато после старая игрушка будет снова самой интересной!*

**Приучить малыша к книгам**

*Да, хоть и странно звучит. Он ещё говорить толком не может! Но чтение книги может быть разным: это может быть совместное чтение вслух или самостоятельно чтение на "своём" языке или просмотр иллюстраций.*

**Ограничить мультфильмы и игры на планшете**

*Убрать их совсем в нашем мире - это на грани фантастики, а вот сократить вполне реально. Заменить всё это можно прослушиванием аудиосказок, лепкой, песенками и т.д.*

**Помощь по дому**

*Особенно это нравится деткам 2-4 лет! Понятно, что без малыша мы справимся в 100 раз быстрее. Но совместная деятельность укрепляет доверительные отношения с родителем, развивает мелкую моторику, благотворно влияет на нервную систему (и не только детскую, к слову).*

**Приучать к самостоятельной игре постепенно**

*Сначала начинайте играть вдвоём, затем просто находитесь рядом (но не участвуйте), а потом можете совсем не присутствовать (разве только следить за малышом из-за угла. Ну одним глазком, немножечко!)*

**Поощрять самостоятельные инициативы ребёнка**

*Похвалите, если он даже совсем немного самостоятельно листал книжку или возился с конструктором.*