***Консультация для родителей***

***«Если ребёнок заболел.*** ***Чем занять ребёнка во время болезни».***

***Подготовила: Алфеева Т.И., воспитатель высшей квалификационной категории.***



В дошкольном возрасте дети, к сожалению, часто болеют. Простуды, переохлаждения, травмы, ожоги, отравления, укусы – вот далеко не полный перечень неприятностей, которые подстерегают ребенка по мере роста его активности и самостоятельности.

Детские болезни – непростое испытание не только для ребёнка, но и для его близких. Любая мама подтвердит, что лучше десять раз заболеть самой, чем видеть страдания своего ребёнка. Но, как бы ни болела душа за ребенка, крайне необходимо не раскисать.

Малыш очень тонко чувствует ваше душевное состояние. Если вы растеряны, чрезмерно нервничаете или паникуете, это непременно передастся сыну или дочке. Поэтому постарайтесь взять себя в руки. Ваша уверенность в том, что все будет хорошо, поможет ребёнку в борьбе с болезнью.

Болеющий ребенок становится капризным и раздражительным. Его может вывести из себя любая мелочь. Относитесь к этому снисходительно, будьте мягче и терпимее. Конечно, это не всегда легко. Задача мамы - успокоить малыша, объяснить понятными словами, что с ним происходит, верить вместе с ним в скорое выздоровление. Постарайтесь уделить больному малышу максимум внимания. Не бойтесь, что за время болезни кроха разбалуется. Важно поддерживать хорошее настроение болеющего малыша.

Если ребенок заболел и характер его заболевания не требует его госпитализации, он остается дома с родителями. И тут самое важное - наладить спокойную, правильно организационную жизнь в новой, усложненной ситуации, избежать ненужных трудностей.

Во время болезни меняется привычный режим ребенка, и ограничивается его активность. Следует отменить прогулки, купания, подвижные игры и ограничить контакты с другими детьми. Важно помнить о том, что от правильного поведения взрослых у постели заболевшего ребенка, от организации его режима и игр во многом зависят быстрота и полноценность выздоровления.К психологическому состоянию больного ребёнка следует относиться с особым вниманием. Существуют некоторые общие правила организации занятий заболевших детей:

1. Подбор игрушек и занятий должен дозироваться в зависимости от течения заболевания и от состояния ребенка.
2. Полезно подготовить для ребенка столик, который можно поместить на кровати. Этот же столик очень удобен для кормления малыша.
3. Не следует заставлять ребенка играть, его силы во время болезни истощены. Интерес к игрушке остался, а вот сил играть нет. Позвольте малышам просто подержать игрушки в руках, но не уносите их. Это может огорчить ребенка.
4. Если посреди даже спокойной игры у больного начались капризы, это означает, что ребенок переутомился. Надо уложить его, спокойно поговорить с ним, отвлечь рассказом или почитать.
5. Особые требования предъявляются к выбору игрушек. Они должны быть неяркими, небольшими, лёгкими. Но, если у ребёнка есть особенно любимая кукла или мишка, позвольте положить их рядом с собой в постель. Во время болезни нельзя давать детям новые игрушки, действия с которыми вызывают умственное напряжение. Это очень важно, т. к. специальными исследованиями доказано, что во время болезни уровень психического развития ребёнка снижается.
6. Игрушек должно быть немного, ведь если они разбросаны в беспорядке на постели, это заставляет ребенка вертеться, игрушки падают, ребенок делает попытки подняться или ежеминутно зовет взрослых. Все это утомляет и вас, и ребенка.
7. Детей необходимо отвлекать от фиксирования симптомов болезни. Например, нужно сократить частоту приступов кашля: для этого ребёнок должен быть чем – то занят. Увлечённый игрой, он как бы забывает о кашле. Здесь могут быть полезны игры с тёплой водой. Сухой воздух раздражает дыхательные пути, и может вызвать приступ. При любом заболевании верхних дыхательных путей и лёгких нельзя разрешать детям играть на полу, т. к. малыши сидят, скорчившись, на корточках, у них происходит сжатие грудной клетки.
8. Следует оградить малыша от избыточных раздражителей: притушить свет, уменьшить громкость звучания телевизора, разговаривать очень тихо.

Детям **второго - третьего года** жизни можно предложить какую-нибудь знакомую, приятную на ощупь игрушку – куколку или маленького зверька. Соразмерная руке ребенка, но не маленькая, игрушка займет его надолго.

Лучше же и дольше всего ребенок играет в кровати с небольшими куклами или игрушечными зверьками – сюжетно-образными игрушками. Для них можно построить домик из одеяла или норку из коробочки и носового платочка. При некоторой фантазии мама может помочь ребенку развернуть игру по-новому.

С **3-4 лет** дети часто занимаются составлением разрезных картинок, кубиков с картинками, несложных мозаик. Если ребенок уже хорошо справляется с такой деятельностью, он может с интересом и подолгу выкладывать узоры или картинки.

В **5 лет** ребенку можно дать ножницы с закругленными концами при условии, что он умеет достаточно хорошо ими пользоваться. В этом случаи ребенка нужно усадить таким образом, чтобы он даже при случайном движении не мог себя ими поранить. Удобное положение, когда ребенок сидит на кровати, облокотившись спиной на несколько подушек, а вытянутыми ногами упирается в специальную плотную подушку.

Малыш, играющий в постели, нуждается во внимании матери. Нужно время от времени подойти к нему, помочь, иногда поднять упавшую игрушку, при необходимости направить игру в нужное русло.

При правильной организации жизни больного ребенка он не будет скучать и сможет занять сам себя, не слишком отрывая от забот взрослых. Дело обойдется без ссор и капризов, без лишних слез – надо проявить лишь немного изобретательности.

***Варианты игр с ребенком во время болезни:***

***Больница.***

Предложите ребенку полечить его заболевшие игрушки. Если у вас есть игральный набор доктор, это очень хорошо, если нет, можно использовать предметы – заменители: градусником может быть карандаш, статоскопом – ложка и т.д. Можно поставить куклам горчичники, или обрабатывать воображаемые раны смоченной водой ватой.

***Танцующие человечки.***

Рисуем на тонком картоне фигурки человечков, - это может быть балерина, солдатик или принцесса. Вместо ножек нужно вырезать по два небольших отверстия в каждой фигурке и вставить вместе с ребенком пальцы в эти отверстия так, чтобы получились «ноги» для ваших фигурок. Включаем веселую музыку и устраиваем «танцы» человечков, при этом энергично двигаем пальцами. Можно в этой игре предложить ребенку быть учителем танцев, в этом случае он должен показывать движения пальцами, которые вы будете за ним повторять.

***Разноцветная полянка.***

На картоне зеленого цвета ребенок может приклеивать разноцветные кусочки бумаги и материи, можно разрисовать полянку фломастерами. Когда поляна будет готова, можно повесить картон над кроватью, или играть с ней.

***Снежки на бумаге.***

Дайте ребенку кусочек картона, клей карандаш и немного ваты. Покажите малышу, как можно, намазав картон клеем, приклеивать к нему кусочки ваты. Заполняя, таким образом, пространство на картоне можно создавать не только снежки, но и снеговиков, заснеженные пейзажи и тому подобное. Чтобы помочь ребенку, нарисуйте на картоне дерево или ель, которую малыш будет покрывать снегом из ваты. Вату можно скатывать в маленькие шарики или клеить оторванными пушистыми клочками.

***Рифмы***

 Играть в рифмы можно уже с ребенком, начиная с четырех лет. Сначала убедитесь, что ребенок понимает, что такое рифма. Для этого приведите примеры рифмованных слов. После этого предложите ребенку сказать слово, к которому вы попытаетесь придумать рифму. Потом скажите свое слово и попросите ребенка придумать слово, которое будет рифмоваться с вашим. Так можно играть, пока ребенку будет интересно.

***Сочинялки.***

Еще одним развлечением может быть придумывание историй. Это может быть абсолютно новая сказка, или продолжение уже известной ребенку. Фантазировать следует по-очереди: мама – папа – ребенок.

***Волшебная пещера.***

Из одеяла можно соорудить пещеру и поселить в нее различных животных. Или это будет тоннель, в котором едет поезд. Можно освещать путь поезду фонариком.

***Магнитики.***

В кровати удобно играть с магнитами и магнитной доской. Вначале малыш может просто наблюдать, как магниты притягиваются друг к другу. Затем из геометрических фигур сооружаем домики, человечков, цветочки и т.д.  Из магнитных букв можно составлять слова.

***Угадай слово.***

Загадываем слово и записываем его на бумажке. С помощью мимики, знаков и жестов надо попытаться показать загаданное слово. Тот, кто угадал, меняется ролями с ведущим.

Очень важно никогда, ни при каких обстоятельствах не пугать ребенка врачами и больницами. Не делайте этого сами и не позволяйте другим.

Будьте здоровы вы и ваш малыш!