



**СПИСОК ИНТЕРЕСНЫХ ЗАНЯТИЙ  
НА КАРАНТИН.  
ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ ЗА 7 ДНЕЙ  
КРОМЕ ДИСТАНЦИОННОГО ОБРАЗОВАНИЯ.**



*Составитель: педагог Детского центра  
образовательной робототехники ТГПУ,  
Шайхуллина Екатерина Юрьевна*

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Предметный театр.....	3
2. Театр теней и кукольный театр.....	5
3. Съёмка мини-комедии или короткого видео-мема.....	7
4. Нестандартные техники рисования.....	10
5. Игры и фишки на целый день.....	12
6. Рубрика «Эксперименты».....	16
7. Кашеварим с детьми.....	19
8. Эпилог. Обращение к родителям.....	23

Томский государственный педагогический университет

## 1. Предметный театр (От 1 до 3 участников, длительность – 7-15 минут)

### Что это такое?

Спектакль с предметами — один из самых доступных вариантов домашнего спектакля. Он устроен как кукольный театр, только вместо кукол здесь — любые предметы, которые можно найти дома, — на глазах у зрителей они будут превращаться в героев спектакля. К примеру, вы рассказываете «Курочку Рябу», и зарядка от телефона становится мышкой, разбивающей хвостом-проводом яичко, а чайник, на ручку которого вы надеваете очки, — грустным дедушкой. Благодаря тому, что предмет начинает выполнять не свою функцию, и происходит преобразование, «чудо театра».

Способ рассказа в таком спектакле — сторителлинг, или пересказ сюжета от первого лица. Актер не пытается играть, он выступает именно рассказчиком, и благодаря его отстранению от сюжета прием получается честнее: я - Марина, и я рассказываю вам сказку «Курочка Ряба» — а вовсе не играю саму Курочку Рябу.

### Что понадобится?

Помимо самих предметов — героев спектакля, нужно подготовить сцену: спектакль удобнее всего играть на хорошо освещенном столе (может помочь настольная лампа).

### Что ставить?

Хороший вариант — взять любимую книгу вашего ребенка. В ней нужно найти сюжетную линию, где есть проблема и ее решение или изменение героя. Вот, к примеру, проблема в «Колобке»: не сработало. На медведе, волке, зайце песня Колобка работала-работала, а на лисе нет. Почему? Потому что невозможно одним и тем же способом решать все жизненные задачи. Да еще и хвастаться при этом. **ВАЖНО** – ребенок должен прийти к данному ответу самостоятельно! Тогда от предметного театра будет не только развлекательный характер, но и поучительный.

### Как ставить?

Если вы сильно адаптируете книгу, то нужно писать сценарий. Если вы оставляете текст без изменений — достаточно просто собрать в одном месте все нужные кусочки (или заложить закладками в книге, чтобы не затягивать перелистыванием страниц само действие). Также нужно выписать всех героев и придумать для них подходящие образы, можно это продумать вместе с ребенком, развивая его ассоциативный ряд. К примеру, мышь — ботинок с длинным шнурком-хвостом и двумя носками-ушами внутри, мышонок — ботинок поменьше. Большая улитка — рулетка, маленькая улитка — скрученный сантиметр. Есть специальные пособия, которые помогут потренировать фантазию, поразмышлять, как можно использовать предмет.

### Во что можно превратить обычные предметы

Если вдруг за время подготовки вы удачно придумали героя, которого нет в книге, — ничего страшного, его вполне можно добавить в сценарий или заменить им кого-то другого. Не обязательно визуализировать всех героев, но всех важных — желательно. И главных героев стоит обозначить особо: например, хорошо, если они все время присутствуют на сцене.

Что важно учитывать: все предметы должны становиться героями на глазах у зрителя, лишь тогда это будет театром. То есть заготовки, к примеру заварочный чайник и очки, должны лежать под рукой, но превращаться в персонажа — в данном случае в дедушку — они должны только во время спектакля, когда о дедушке впервые заходит речь. Если предметов очень много, то, помимо рассказчика, в спектакле можно задействовать одного-двух участников.

В выборе предметов можно себя ограничить, договориться, к примеру, что сказка создается только из вещей, которые могут оказаться на кухне, в кладовке или в маминой сумке. Можно даже

придумать красивый заход: например, мама пришла с работы, садится за стол с компьютером поработать, а рядом две ску-чающие дочки, которые начинают играть и ей мешать. Тогда мама решает рассказать сказку, чтобы их увлечь: из сумки достает расческу — она стано-вится ежиком, переворачивает ноутбук — он становится домом и так далее. При этом кроме сумки, конечно, может быть заранее приготовлено много предметов в коробках, на полках вокруг.

### **Как сделать спектакль интереснее**

Развивать действие помогут театральные эффекты. Если нарезать мелко бумагу и посыпать сцену сверху — получится снег, если направить на кусочки бумаги фен или вентилятор — метель, если мять над героями фольгу — будет молния, положить на стол синий целлофан — море, а если прозрачный целлофан — лед. Театральные эффекты могут изображать и поворотные моменты: если какой-то герой погибает — можно эффектно вытащить из рукава и подбросить над ним красный платок. Сюжетные повороты легко показывать также и переменной света или звуками: яичко упало и разбилось — удар ложкой по чашке или хлопок в ладоши.

### **Пример показа спектакля и озвучки:**

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=124&v=uHx4JoICHw0&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=124&v=uHx4JoICHw0&feature=emb_logo)

## 2. Театр теней и кукольный театр (длительность – 7-15 минут).

### Что это такое?

Теневой спектакль тоже построен на сторителлинге: спектакль ведет рассказчик, а остальные с помощью теней или кукол иллюстрируют его рассказ. Если про кукольный театр все более-менее понятно, то мы расскажем подробнее про театр теней, так как данный вид театра интереснее.

Тени могут быть разными: есть силуэтные тени (когда тень отбрасывают специально вырезанные фигурки), живые (тень отбрасывает человек целиком) и ручные («играют» пальцы актера). Все теневые техники можно объединить, иногда тень может даже выходить за ширму, и это очень зрелищно: вот лодка плывет перед ширмой, а потом заезжает за нее, и мы уже видим ее удаляющуюся тень.

### Что понадобится?

Для теневого театра вам будет нужна ширма (подойдет простыня) и несколько источников света. Рассказчик находится перед ширмой, а актеры и свет — за ней. Проектор или настольную лампу удобнее всего поставить посередине на полу или на столе — это общий свет. Чтобы подсвечивать конкретные тени, каждый актер должен взять в руку фонарик или телефон с фонариком. Если участников много, то можно назначить осветителей — они будут ответственными и за фонари для отдельных теней, и за лампу.

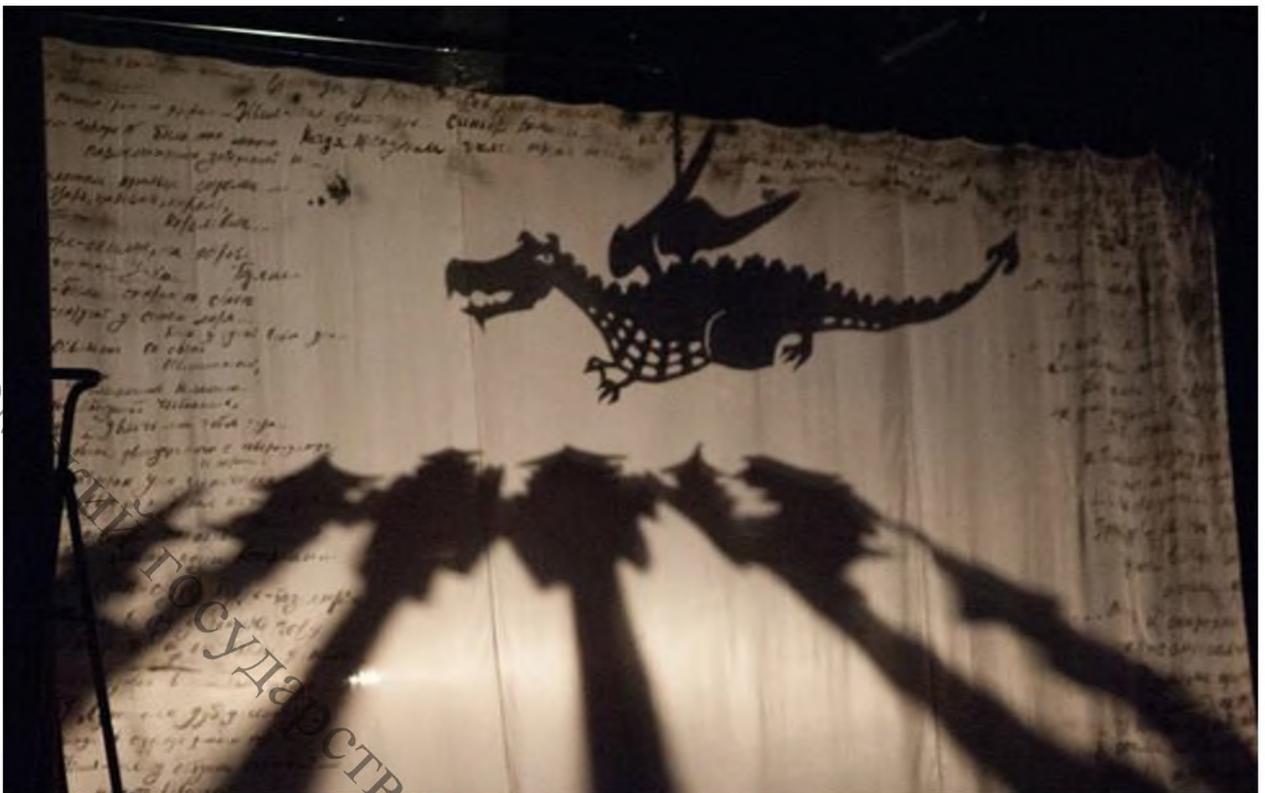
Если вы работаете с силуэтными тенями, то нужно заранее их вырезать и приготовить. Удобнее всего будет управлять ими с помощью палочек (подойдут палочки для суши), а закреплять фигурки можно пластилином.

### Что ставить?

Литературная основа может быть такая же, как в кукольном театре: любимая книга, адаптированная под спектакль, — нужно выделить сюжетную линию, в которой есть интересная вам проблема и ее решение. Можно написать свой собственный рассказ вместе с ребенком, с его выдуманными персонажами и приключениями.

### Как ставить?

Хорошо, если по книге сразу понятно решение спектакля: к примеру, если это произведение про взрослых и детей или про великанов и лилипутов, то спектакль может строиться на игре с размерами теней. Допустим, вы берете историю про Одиссея и Циклопа. Тогда один человек встает ближе к лампе, дальше от ширмы — у него получается большая тень, это великан Циклоп. Другой ближе к ширме, дальше от лампы — у него тень меньше, это герой Одиссей. По сюжету Одиссей протыкает глаз Циклопу — актеру достаточно вытянуть вверх по диагонали руку, чтобы у зрителей создалось впечатление, что его палец попадает в Циклопа.



Образ рассказчика стоит всегда связывать со спектаклем. Подумайте, кто бы мог рассказывать вашу историю? Если это сказка — бабушка или дедушка. Если древнегреческий миф — грек в тоге. От чьего лица неожиданно услышать знакомый сюжет? Рассказчиком «Волшебника страны Оз» может быть не только Элли, но и Тотошка, а сказки Пушкина может рассказывать даже дуб у лукоморья.

### Как сделать спектакль интереснее?

Театр можно извлекать из всего. Блуждающим фонарем можно показывать опасные моменты, кульминацию, какую-то нестабильность. Им же — сделать акцент на герое. Если по-разному работать с лампами, то изображение будет преломляться — это будет эффектной перебивкой в спектакле. Оживить спектакль поможет и музыка: лучше, чтобы она была живая, например барабан или колокольчик для акцентов или общего фона.

### 3. Съемка мини-комедии или короткого видео-мема.

#### Идея

Нынешнее поколение детей называют «дети интернета». Посудите сами – в нашем мире сложно представить жизнь без гаджетов, всемирной «паутины» - Интернет, смартфонов. И дети обо всем этом знают порой даже лучше, чем взрослые. Идя в ногу со временем, предлагаем Вам и вашим детям почувствовать себя «блогерами», режиссерами, актёрами. Прежде чем начать снимать комедийное кино, надо понять, что это вообще такое — комедия. Для этого посмотрите в интернете любую подборку на просторах Youtube «Самые прикольные/смешные видео». Будет очень много смешных моментов: собачка, одетая в человеческую одежду, или котята, которые смотрят кино и синхронно поворачивают головы... или люди, творящие невесть что, танцующие под современные хиты. Почему это смешно? Потому что комедия — это необычное в обычном.

Дальше нужно решить, для кого вы снимаете фрагмент и кому хотите его показывать. Предположим, папе. Тогда, например, если у вас есть домашнее животное, вы можете надеть ей на голову шляпу, снимать собаку и озвучивать ее человеческим голосом. К примеру, собачка в шляпе будет вальяжно говорить: «Папа, слушай, я уже устал от вашего „Педигри“, я ж говорил, я люблю кашу, кашу! А вы меня кормите этим „Педигри“». То есть вы делаете обычную собаку необычной (она говорит человеческим голосом, особенно смешнее, когда собаку озвучивает для папы его родной ребенок) и учитываете интересы адресата вашей истории (папы). Наверняка ему такой сюжет понравится и он будет смеяться.

Еще в комедии есть другой интересный прием — игра масштабов, когда знакомые нам предметы вдруг оказываются совсем не того размера, как обычно. К примеру, мы знаем, что спичечный коробок — маленький. Но если его поставить ближе к камере, а человека — далеко от камеры, то коробок сразу станет огромным. И можно снять, как герой пытается его сдвинуть с места, но никак не может. А потом все-таки сдвигает (для этого коробок надо будет привязать к леске и двигать за кадром): неожиданное использование привычных предметов — это всегда забавно. Или, к примеру, попробуйте снять, как герой проглатывает солнце. Последите, где солнце садится, поставьте на передний план актера и попросите, чтобы он запрокинул голову и открыл рот, — тогда солнце зайдет ему прямо в рот, и герой даже сможет пожевать его и сделать вид, что проглотил. Многие люди любят ловить солнце на руку, когда фотографируемся, — здесь будет тот же эффект, только в видео.

#### Подготовка к съемке

В съемке комедии нужно отталкиваться от того, что у вас есть. Если есть животные (кошки, собаки, белки, крысы), это прекрасно, потому что животные — гениальные актеры. Когда они появляются в кадре, смотреть на них можно бесконечно. Так что, если вы хозяин собаки, то снимайте ее. Если никого из животных нет, попробуйте снять игру с масштабами.

#### Свет

В комедии главное, чтобы было хорошо видно актеров и их лица (или морды), поэтому яркое освещение или свет из окна приветствуются.

#### Звук

Вряд ли получится снять животных без звука, так что звуковую дорожку придется вырезать на постпродакшене, а потом переозвучить. Если вы снимаете игру масштабов, то можете попробовать озвучивать фильм прямо по ходу съемки: попросите, например, друга за кадром пыхтеть, когда актер двигает спичечный коробок, или сказать «ам», когда проглатывает солнце.

#### Съемка

Ваш фильм должен быть очень небольшим, он может длиться даже 20 секунд. Смешить — это вообще искусство, держать напряжение шуткой довольно сложно. Поэтому чем короче будет ваша история, тем она получится ярче, а чем ярче, тем смешней. Если вы выбрали сюжет с животным, главной сложностью в съемке будет снять удачный дубль, где собака или кошка не убегают в другую комнату и не сбрасывают с себя шляпу или фартук, которые

вы надели. Снимать животных можно ручной камерой, без штатива. Если же вы выбрали игру с масштабами, то постарайтесь снимать статичной камерой, то есть намертво закрепленной на штативе (у кого нет штатива для телефона — попробуйте закрепить телефон на палке или деревяшке, либо установить так, чтобы он не шевелился совсем, но при этом вы могли бы видеть экран). Такая съемка пригодится для движущихся объектов (того же солнца).

## Постпродакшен

В сюжетах с особенным озвучанием вам придется наложить звук уже после съемки. Например, если вы сняли собаку в сюжете про «Педигри», то подойдите к тому же папе, которому будете отсылать видео, и попросите его сказать на диктофон нужную вам фразу. Вы можете не говорить, зачем вам это: папе потом будет даже смешнее смотреть. Папа скажет, а вы наложите звук в программе iMovie или любой другой монтажной программе на телефоне, список которых мы прикрепим ниже.

К слову про озвучку – музыка вполне может работать и как полноценный комедийный прием. Поскольку комедия — это всегда парадокс, на смешной сюжет можно наложить контрастную музыку. Представьте себе: звучит саундтрек из «Джеймса Бонда», а в фильме на кровати лежит мальчик, завернутый в одеяло, и не хочет вставать в школу. На контрасте музыки и сюжета можно построить весь фильм. Также можно добавить какие-то музыкальные акценты, например львиный рык из заставки MGM: если после него на экране появится маленький шпиц, то это будет смешно.

## ПРИЛОЖЕНИЯ ДЛЯ МОНТИРОВАНИЯ ВИДЕО-РОЛИКОВ НА КОМПЬЮТЕРЕ И ТЕЛЕФОНЕ:

### 1. Фотографии (бесплатно)

В Windows таким инструментом долгое время служил простенький редактор Windows Movie Maker. Однако недавно Microsoft прекратила его поддержку и функции видеомонтажа перешли в стандартное приложение «Фотографии», входящее в состав Windows 10. С его помощью можно компилировать видеоролики, добавлять музыку и титры, а также накладывать некоторые фильтры цветокоррекции и пользоваться трехмерными эффектами.

### 2. iMovie (бесплатно)

Поклонники OS X от Apple могут воспользоваться приложением iMovie, выглядящим как упрощенная версия своего «старшего брата» Final Cut Pro X. Программа может похвастаться действительно дружественным интерфейсом и высокой скоростью работы на любых актуальных «макинтошах».

### 3. YouTube (бесплатно)

Сюда же можно отнести стандартный онлайн-видеоредактор YouTube, позволяющий подготовить ваше видео для публикации на этом сервисе без лишних проблем и «заморочек».

### 4. Adobe Premiere Clip

Хороший выбор для тех, кто хочет сделать эффектный ролик всего за пару минут.

С его помощью вы сможете:

- создать прекрасный ролик, используя фотографии, видео и музыку на устройстве;
- редактировать видео с помощью автоматического или ручного режима;
- добавить к ролику аудиосопровождение и синхронизировать видеоряд с музыкой;
- быстро нарезать дорожки, убрать лишнее, поменять порядок фрагментов;
- менять экспозицию для роликов, снятых в разных условиях;
- добавить текст, анимации и другие эффекты;
- синхронизировать проекты, созданные на iPhone, с десктопной версией Adobe Premiere.

### 5. INSHOT (для Андроид)

Это мощный, удобный и прогрессивный фото- и видеоредактор, оснащённый впечатляющим набором инструментов для обработки медиаконтента. Среди них:

- кадрирование и возможность регулировки скорости, продолжительности ролика;
- создание презентаций из снимков, а также «сшивание» отдельных видео;
- инструменты по доработке насыщенности, экспозиции, контраста, резкости и цветового баланса видео;
- база фильтров, фонов, шрифтов и настраиваемых эффектов;
- функции добавления мелодий и дорожек с голосовыми записями и многое другое.

Огромным преимуществом данной программы также является то, что разработчиками предусмотрена одновременная работа сразу с множеством «слоёв» медиаконтента, а также возможность сохранять шаблоны видеоколлажей и возвращаться к редактированию в удобное для пользователя время.

Ссылка на обзор приложения: <https://district-f.org/2018/12/13/inshot-video-review/>

## **6. KineMaster (бесплатно, для Андроид)**

Создание фильмов прежде еще не было таким простым. С помощью простейших движений, тапов и слайдов вы способны создать настоящую художественную картину, музыкальный клип или профессиональную нарезку. Приложение оптимизировано для работы на мобильном устройстве и поддерживает разрешение до 1080p.

### **Особенности:**

- Простое управление drag and drop
- Поддержка Full HD картинки
- Импорт видео, картинок и музыки
- Множество эффектов, переходов
- Возможность перекодировать 1080p в 720p
- Поддержка MP4, 3GP, MOV, MP3, M4A, AAC JPG, PNG
- Редактирование в режиме реального времени

Ссылка на обзор приложения: <https://www.androeed.ru/files/kinemaster.html>

## **7. PowerDirector (для Андроид)**

Данный видеоредактор предоставляет пользователю широчайшие возможности по редактированию и созданию видео. Предусмотрены всевозможные эффекты и переходы, замедление, ускорение, обрезка и склейка видео, добавление титров и быстрый экспорт ролика на Facebook или YouTube. И все это в предельно простом интерфейсе.

Поддерживаются все популярные форматы видео (3GP, MP4, MKV), изображений (JPEG, GIF, PNG, BMP) и аудио (WAV, MP3, MP4, M4A, AAC).

## 4. Нестандартные техники рисования

Данная рубрика специально для тех родителей и детей, которые считают, что они не умеют и никогда не научатся рисовать. Для начала предлагаем разобраться, что же это за техники и как они работают.

### Что это такое?

Нетрадиционные техники рисования показывают необычное единство материалов и инструментов, раскрывая способность не только детей, но и взрослых, показать свое воображение и самовыражение.

Нетрадиционное рисование – это мастерство изображать что-либо, не опираясь на традиции, с использованием материалов и инструментов, которые не общеприняты, но широко известны.

### Чем рисовать?

<i>Материалы для НР</i>	<i>Инструменты для НР</i>
<ul style="list-style-type: none"><li>- бумага разных форм, цветов, размеров, плотности (в частности картон)</li><li>- краски разного вида (гуашевые, акриловые, акварельные, пальчиковые, масляные и т.д.)</li><li>- восковые и цветные мелки</li><li>- маркеры, фломастеры, тестеры</li><li>- графитные карандаши, свечи, уголь и т.д.</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- кисти разного размера, кисти из щетины</li><li>- простые и цветные карандаши, акриловые карандаши</li><li>- пластилин</li><li>- овощи и фрукты</li><li>- отпечатки пальцев, ладоней</li><li>- оттиски ниток, пробок, листьев, монеток и т.д.</li><li>- печать поролоном, ватными дисками и палочками</li><li>- старые зубные щетки</li><li>- коктейльные трубочки и мыло</li><li>- шпатели</li></ul> <p><b>И МНОГОЕ ДРУГОЕ</b></p>

Важно понимать, что именно в рисовании разными подручными средствами и заключается НЕТРАДИЦИОННОСТЬ!

### Что рисовать?

Существует множество идей для нетрадиционного рисования, приведем примеры некоторых из них. Их можно найти в интернет-занятиях и повторить с детьми дома. Так, мы предлагаем поучиться по Youtube-каналу «Нескучная художка» Светланы Лустовой.

#### 1. Техника «Мыльные пузыри».

Для этого в стакан с водой надо добавить любой мыльный раствор и краску. С помощью трубочки «набулькать» много пены. На пузыри прислонить бумагу. Когда станут проявляться первые узоры, можно поднимать бумагу. Пузырчатые узоры готовы.

Пример техники: <https://www.youtube.com/watch?v=LB14CxHJ794>

#### 2. Техника «Кляксография».

Нетрадиционная техника рисования "кляксография" - это очередное волшебство творческих занятий. Существует два варианта кляксографии:

##### 1. Монотипия предметная

Необходимо согнуть лист бумаги пополам. Внутри, на одной половине что-нибудь нарисовать красками. Затем лист сложить и прогладить рукой, чтобы получить симметричный отпечаток, а как он подсохнет – дорисовать его.

##### 2. Выдувание через соломинку.

Для создания волшебной картинке потребуется большая клякса, на которую нужно дуть, дуть, дуть ... до тех пор, пока на листе бумаги не появится замысловатый рисунок. Когда странный рисунок готов, ему можно подрисовать детали: листики, если получилось дерево; глазки, если получилось волшебное существо.

А еще выдувание через соломинку укрепляет здоровье: силу лёгких и дыхательную систему ребёнка в целом.

Пример кляксографии (выдувание через соломинку):

[https://www.youtube.com/watch?v=IMckrzvDB\\_g](https://www.youtube.com/watch?v=IMckrzvDB_g)

### **3. Техника «Оттиск нитками» или «Ниткография».**

Техники рисования при помощи «волшебной ниточки». Необходимо опустить ниточки в краску так, чтобы они хорошо пропитались краской. Затем их нужно положить на бумагу так, чтобы с двух сторон листа бумаги выступали кончики нитки по 5-10см. Ниточки накрываются другим листом бумаги. Верхний лист придерживается руками. Нитки разводятся в разном направлении. Верхний лист поднимается. Необычная картинка готова.

Пример оттиска: [https://www.youtube.com/watch?v=KeH\\_lrGQ03s](https://www.youtube.com/watch?v=KeH_lrGQ03s)

### **4. Техника рисования скомканной бумагой.**

Смятая салфетка или бумажка позволяет получить также интересную текстуру. Существует два способа рисования мятой бумагой.

Способ №1. На лист бумаги наносится жидкая краска. Через короткий промежуток времени (пока лист еще влажный) к листу прикладывается смятая салфетка. Впитывая влагу, салфетка оставляет свой характерный след на поверхности бумаги.

Способ №2. Для начала необходимо смять лист или салфетку. На этот комок нанести слой краски. Затем окрашенной стороной можно наносить отпечатки.

Текстурные листы можно потом с успехом использовать при создании коллажей.

Пример техники: <https://www.youtube.com/watch?v=fOfAKByKBok>

### **5. Техника «Штамп» + техника «Отпечатки пальцев».**

Увлекательно, приятно и необычно раскрашивать свои ручки яркими цветами и оставлять свои отпечатки на листике бумаги. Рисование ладонками – это не только веселая игра для маленьких художников, но и развивашка для крупной моторики.

Пример техники: <https://www.youtube.com/watch?v=pInpcwfVBSY>

## **Где черпать идеи?**

1. <https://luchik.ru/articles/grow-up/tehniki-risovaniya.html>
2. <http://semeynaya-kuchka.ru/netradicionnoe-risovanie-77-idej-dlya-detskogo-sada/>
3. <https://infourok.ru/kartoteka-netradicionnie-tehniki-risovaniya-1697698.html>
4. <https://paidagogos.com/polyot-fantazii-ili-netraditsionnye-tehniki-risovaniya-v-podgotovitelnoy-gruppe-detskogo-sada.html>
5. <https://www.youtube.com/channel/UCktiC07wsJGQQJGv9WnYVXA>
6. <https://www.youtube.com/watch?v=lxniEaM5Dek>

*И помните – идейным вдохновителем для ребёнка может стать не только пример из интернета, но и Ваше воображение!*

## 5. Игры и фишки на целый день

Если Вас и вашего ребенка начинают раздражать однотипные игры каждый день – «Прятки», «Догоняшки», «Дочки-матери» с куклой или, что еще хуже, ребенок не отрывается от гаджета: этот раздел для Вас!

Предлагаем игры и фишки, которые не смогут надоесть.

### СОВЕТЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ:

Прежде, чем начнете играть с детьми, не забудьте:

- отключить функцию родитель-советчик. Конечно, мы всегда знаем, как лучше, но здесь все должны быть на равных.
- играть нужно только с удовольствием. Подберите те игры для детей и взрослых, которые вызывают у вас хоть какой-то эмоциональный отклик.
- если игра не нравится ребенку, переключаемся на другую.

### ФИШКИ ДНЯ:

*Особенностями «Фишек дня» является то, что (и это важно донести ребенку):*

- это должна быть одна или максимум две фишки на один день;
- «включение» фишки должно быть внезапным (например, когда человек чем-то сильно увлечен другим/занят другим);
- можно за каждое невыполнение фишки дня давать легкое задание (не связанное с трудом (!) – не мешайте игру и труд).

#### 1. «Найди и коснись за три секунды»

Задача простая – когда Вы говорите ребенку или наоборот «Найди и коснись...», то нужно прикоснуться к тому, что нужно, в течение трех секунд. Некоторые задания будут очень легкими, а некоторые, возможно, заставят детей задуматься.

Варианты, чего можно коснуться:

- чего-либо красного;
- холодного на ощупь;
- шершавого;
- того, что весит примерно полкилограмма;
- круглого;
- железного;
- голубого;
- того, что имеет толщину 100 мм;
- прозрачного;
- вещи длиной примерно 80 см;
- вещи весом около 65 кг;
- зеленого;
- из золота;
- тяжелее 1000 кг;
- чего-нибудь, что легче воздуха;
- части одежды, показавшейся Вам шикарной;
- руки, которую Вы находите интересной;
- чего-нибудь, на Ваш взгляд, безобразного;
- того, что двигается ритмично;
- числа 15;
- слова «свобода».

#### 2. «Замри – отомри»

Фишка на 10 счетов. Человеку в самый неловкий момент можно сказать слово «Замри» и начать счет, например, когда он наливает воду в стакан. Команда «Ототри» говорится после 10 счетов. Чем чаще эта фишка звучит в течение дня, тем смешнее становится.

### 3. «Час Тишины и Час Можно»

Вы договариваетесь с ребенком о том, что у вас будет один час, когда в доме не будет ни одного звука, и все будут соблюдать «час тишины». Кроме того, будет еще один час, когда можно делать все то, что вы оговорите с ребенком, максимально учитывая его самые нереальные пожелания. Это будет «час можно». Такая договоренность позволит регулировать нежелательное поведение ребенка, предлагая поберечь силы и фантазию для «часа можно».

### 4. «Ругаемся овощами»

Соблюдение самоизоляции или карантина – дело тяжелое, поскольку даже самый стрессоустойчивый человек на планете не смог бы просидеть в четырех стенах взаперти. Это своеобразная словесная дуэль, когда вместо грубых слов используются названия овощей. Предлагается и детям, и родителям использовать эту технику, когда они расстроены, злятся на кого-нибудь или даже ругаются между собой.

## ИГРЫ ДНЯ:

### 1. «Голова – ромена».

Бывали Вы когда-нибудь в Греции? А хотите знать, как в Древней Греции называли части тела? Предлагаем Вам и вашему ребенку немного научиться.

Слова данной игры заранее разучиваются с детьми. Говорящий-ведущий поет вместе со всеми песню, по очереди показывая на те части тела, которые упоминаются:

Голова (ударение на первую О) - голова;

Ромена (ударение на О) - плечи;

Колена (ударение на О) - колени;

Пальцы - щёлкает пальцами;

Очи - глаза;

Уши - уши;

Уста - губы;

Нос - нос

И постепенно увеличивает темп. Все движения идут под песню:

Голова - ромена - колена - пальцы,

Колена - пальцы - колена - пальцы,

Голова - ромена — пальцы,

Очи, уши, уста, нос.

Задача играющих успеть за словами и не сбиться в последовательности. Говорящий слова может специально путать игроков, показывая на одно, говоря про другое.

### 2. Сквиггл

Есть два варианта этой игры:

1) Сначала ребенок рисует каракули и передает лист взрослому. Тот из них создает какой-нибудь образ. Затем наш художник дополняет рисунок и просит взрослого продолжить и т. д. По ходу игры старайтесь обсуждать картинки. Спрашивайте ребенка, что он нарисовал, можно помогать наводящими вопросами.

2) Ребенок рисует голову, загибает лист и передает взрослому. Тот рисует туловище, загибает лист и передает лист обратно и т. д.

### **3. Зеркало**

Ребенок будто бы смотрится в зеркало. Вы - взрослый - его отражение. Постарайтесь синхронно выполнять любые движения: медленно ходить по комнате, подпрыгивать, разводить руки, строить гримасы и смешные рожицы, не дотрагиваясь друг до друга. Через пару минут меняемся ролями.

### **4. В темпе барабана**

Кто-то из взрослых играет на барабанах или другом ударном инструменте. Ребенок двигается, пока звучит барабан. Когда музыка прекращается, он должен замереть на месте. Затем можно поменяться ролями. Для разнообразия можно менять темп игры на барабанах (медленно, быстро, с ускорением). Ребенок должен следовать темпу.

Вариант. Когда прекращается игра на барабанах, нужно назвать какое-нибудь число (в пределах десяти). Например, число пять. Тогда нужно остановиться и коснуться пола пятью частями тела. (Две ноги и три пальца или голова, два колена и две руки). Комбинации могут быть самые разнообразные. Приветствуйте оригинальные решения.

Если нет барабана, то можно использовать любые подручные предметы: кастрюли, ложки и т.д. Можно вместе смастерить маракас, засыпав крупу в пластиковую бутылку или в яйцо от киндер-сюрприза. И устроить концерт шумового оркестра, который будет сопровождать вашу любимую музыкальную композицию.

### **5. Охотник за змеей**

Для этого потребуется веревка. Один игрок держит конец веревки, садится на корточки и двигает ей из стороны в сторону (это – змея). Другой участник пытается поймать змею, наступив на нее ногой. Когда хищница поймана, игроки меняются местами. Далее можно ловить змею другой ногой или руками. А потом змея решила уподзти. Она быстро ползает по комнате, а охотник пытается ее нагнать и наступить.

### **6. Черепашьи гонки**

Это необычная гонка, цель которой заключается в том, чтобы прийти к финишу не первым, а последним. Игра требует от детей хорошей моторики, ловкости, расчета, координации движений и умения анализировать действия соперников. Игроки встают у стены в одну линию и по сигналу ведущего начинают двигаться к противоположной стене так медленно, как только могут. Запрещается просто стоять на месте. Вы должны двигаться постоянно, но очень медленно. Победителем объявляется «черепашка», пришедшая последней. Ей достается какой-нибудь приз.

### **7. «Шаг в правильном направлении»**

Инструкция к игре от родителя для ребенка: Тебе нужно будет ответить на 30 моих вопросов, причем, если ты дашь правильный ответ на вопрос, то я делаю шаг вперед, если же ответ не верен, то я делаю шаг назад. Я начинаю от двери. Я хотел бы пересечь всю комнату и вернуться обратно. Фактически я становлюсь пешкой, как в шахматах, которую твои ответы двигают туда или сюда. Посмотрим, куда, в конце концов, я приду. Я был бы очень рад, если бы в конце игры я снова стоял здесь, у двери. Вопросы могут касаться учебного материала (изучение иностранного языка, математики) или вопросы для общего развития.

### **8. Рай в шалаше**

Все на свете дети любят маленькие домики, сказочные крепости и другие уютные местечки. Почему бы не порадовать кроху затейливым сооружением прямо посреди дома? Что строить? Дом, гараж, вигвам, берлогу или пещеру... Да что угодно и из чего угодно! Пригодятся: большое одеяло, подушки от дивана, коробки. А закончив строительство своего убежища, расскажите ребенку об индейцах, пещерных людях, или казаках – в зависимости от того, что вы строили. Дети

точно будут в восторге! Непременно позаботьтесь и о костюмах — яркие наряды и тематические угощения сделают ваш день.

### **9. Подушечный семейный бой**

Название говорит само за себя. Помогает от души повеселиться и сбросить лишнее напряжение. Не перестарайтесь слишком сильно – все-таки, играете против своего же ребенка 😊

### **10. Разукрашиваем лица невидимыми красками**

Нужны кисточки. Все мягкие кисточки, что есть в доме. По очереди невидимыми красками рисуем на лице и руках друг друга рисунки. Задача – расслабиться и получить удовольствие от нежного общения через телесный контакт, если получится – угадать что кто рисует.

Очень успокаивающая и полезная игра хорошо помогает, если ваша природная сдержанность мешает вам или кому-то из членов семьи проявлять нежность в отношении близких.

В эту же игру можно играть, используя краски для аквагрима.

## 6. Рубрика «Эксперименты»

Словосочетание «мир детей» читать можно как «мир почемучек». Особенно, когда они только начинают познавать все, что их окружает. Но поверьте – чем старше становится ребенок, тем больше вопросов у него об устройстве окружающего его мира, и вопросы эти такие, что иногда на них не могут ответить даже взрослые. Мы же предлагаем Вам ответить на вопросы из химического и физического мира путем экспериментов!

### Взаимодействие пищевой соды и уксуса

То есть в небольшую глубокую посуду (можно в стакан) насыпаем немного соды. Рядом ставим зажженную свечку. В стакан наливаем немного соды (так, чтобы объем соды и уксуса было примерно 1-1). Начинается реакция выделения диоксида углерода (газ, который не поддерживает горение). Ждем, когда реакция закончится, и наклоняем нашу чашу, чтобы углекислый газ "вытек" на свечку. Свечка погаснет. Осторожно: будьте аккуратны при работе с уксусной кислотой.

### Самоочищающееся яйцо

Не беспокойтесь, после этого эксперимента вам не придется устранять последствия катастрофы на кухне. Вам понадобятся вареное или сырое яйцо, большая чашка и уксус. Положите яйцо в чашку и залейте его уксусом, а затем оставьте в таком виде на 24 часа. В это время и произойдет магия, то есть наука: уксус растворит скорлупу и создаст вокруг яйца необычную мембрану, которая сделает его упругим и прыгучим.



### Электромотор

Как помочь ребенку — или даже себе — понять силу магнитов? Попробуйте сделать электромотор! Для этого эксперимента вам понадобятся всего лишь одна пальчиковая батарейка (AA), магнит и немного медной проволоки. Для начала прикрепите магнит к отрицательному полюсу батарейки — так, чтобы она могла твердо стоять на нем. Затем согните медную проволоку, чтобы получилось что-то в форме бабочки (можно и в форме сердца — главное, чтобы по двум сторонам от батарейки были примерно одинаковые «лопасти»). Также можно сделать небольшую вмятину на положительном полюсе батарейки, чтобы конструкция из проволоки держалась устойчивее. Наденьте конструкцию на батарейку так, чтобы свободные концы проволоки слегка касались магнита: у вас получится униполярный мотор или самоподдерживающийся двигатель, использующий противоположные магнитные поля.

### Шагающая вода

Вода — удивительная субстанция, и вы в очередной раз сможете убедиться в этом, а заодно и удивить детей, в ходе этого эксперимента. Для него понадобятся восемь пластиковых стаканчиков (можно больше или меньше), вода, пищевой краситель разных цветов и бумажные полотенца (или

салфетки). Расположите стаканы в ряд, налейте немного воды в каждый второй, а затем добавьте в каждый краситель разного цвета. После сделайте несколько полосок из бумажных полотенец и поместите каждую из них в стаканы — одним концом в стакан с водой, другим — в пустой. В итоге вода постепенно переместится в пустые стаканчики, а в качестве бонуса вы получите интересную художественную инсталляцию.



### **Фейерверки в стакане**

Вам потребуются вода, две столовые ложки растительного масла и пищевой краситель. Все это поможет узнать о весе разных жидкостей, а в процессе устроить «фейерверки». Для начала добавьте немного красителя в масло, затем перелейте эту смесь в чашу с водой. Более легкое масло будет плавать поверх воды, а более тяжелый краситель начнет постепенно выбираться из своей маслянистой «темницы», при этом рисуя в воде занимательные узоры — своего рода фейерверки.

### **Один стакан, семь слоев**

Еще один способ показать детям, что не все жидкости одинаковы. Вам понадобятся мед, кукурузный сироп, средство для мытья посуды, вода, растительное масло, медицинский спирт, масло для лампы и высокий сосуд (желательно не очень широкий). Аккуратно налейте каждый из ингредиентов в сосуд в порядке, указанном выше. Так каждая из жидкостей займет свой слой, и они не перемешаются.

### **Плавающий кетчуп**

Это отличный трюк, особенно если ваш ребенок хочет кого-то удивить джедайскими способностями. Для него вам необходимы пластиковая бутылка, доверху наполненная водой, и маленький пакетик кетчупа. Первым делом наполните бутылку водой — обязательно до самого верха, — а затем поместите в нее кетчуп. Из-за эффекта водоизмещения при нажатии на бутылку пакетик с кетчупом опустится вниз. Можете предложить своему ребенку показать этот трюк на каком-нибудь празднике, как если бы он мог силой мысли управлять пакетиком кетчупа.

### **Торнадо в банке**

Это простой десятиминутный эксперимент, который поможет ребенку узнать немного о возможностях матери-природы. Вам понадобится наполненная водой банка и совсем немного моющего средства. Плотнo закройте банку крышкой и хорошенько встряхните ее круговым движением. И вот — у вас в банке маленький торнадо!

### **Ракета из чайного пакетика**

Все, что вам необходимо для этого опыта: чайный пакетик и зажигалка (или спички). Для начала вскройте пакетик с обеих сторон и высыпьте из него заварку. Затем аккуратно поставьте пустой пакетик так, чтобы он стоял ровно. Подожгите самую верхушку. Поднимающийся теплый воздух и дым сделают за вас все остальное. Можете быть абсолютно уверены: этот опыт удивит любого ребенка.

## Невидимые чернила

Для проведения этого эксперимента вам нужно смешать треть чашки пищевой соды с третью чашки воды — получится мутноватая белая смесь. Затем возьмите ватную палочку, окуните в полученную смесь и напишите что-то на листе белого картона. Конечно, поначалу вы ничего не увидите. Постарайтесь аккуратно — если это возможно, ведь здесь будет орудовать ребенок — полить невидимую надпись виноградным соком. Кислый сок вступит в реакцию с содой — и надпись проявится.

## Зубная паста для слона

Другой вариант опыта с содово-уксусным вулканом. Можно сказать, это один из лучших способов показать ребенку, что такое химическая реакция. Возьмите мерный стакан и налейте в него немного десятипроцентной перекиси водорода, средства для мытья посуды и пищевого красителя. Далее добавьте в эту смесь чуть-чуть дрожжей. И просто наблюдайте за тем, что случится дальше. Реакция, происходящая в результате разложения перекиси водорода, катализируемого йодидом калия, высвободит много пены — очень много. Но не переживайте: она абсолютно безобидна.

## Надуть шарик силой взгляда

Насыпаем немного соды в шарик (не более 3-4 чайных ложек). Для удобства можно использовать воронку или обычную ложку. В бутылку заливаем небольшое количество уксуса и осторожно надеваем шарик на горлышко бутылки таким образом, чтобы сода не просыпалась в бутылку. После подготовительного процесса приподнимите шарик так, чтобы сода высыпалась в бутылку. Уксус начнет булькать и пениться, не стоит этого бояться, это выделяется углекислый газ, который в итоге и надует наш шарик. Несколько секунд и шарик надут, только придерживайте его, а то улетит! Оказывается вот так просто можно надуть шарик содой и уксусом!

## Неньютоновская жидкость

Со школьного курса известно: вода — это жидкость, которая при наклоне выливается из сосуда. А вот неньютоновская субстанция не подчиняется законам физики. Доказательство тому — хэндгам, или «лизун» для рук. Вот несколько интересных фактов о неньютоновской жидкости:

- Если состав быстро мять в руках, он становится твердым.
- Во время бездействия субстанция снова становится жидкой.
- При медленном наклоне сосуда жидкость течет как сметана. Но, если емкость резко перевернуть, ничего не прольется.
- Содержимое невозможно выплеснуть из емкости. Капли на поверхности превращаются в сухие комки.
- Предметы вязнут в субстанции, как в трясине. Но, если их быстро перемещать по поверхности, двигаются как по суше.

## 7. Кашеварим с детьми

Последний раздел, который мы выбрали для Вас, посвящен развитию бытовой самостоятельности детей. Все чаще родители говорят о том, что ребенок:

**А.** не помогает по дому;

**Б.** не самостоятелен в приготовлении самого простого блюда (а иногда – даже и в разогреве пищи);

**В.** привередлив в еде.

В этом разделе мы выбрали 7 простых, но вкусных рецептов блюд, которые ребенок точно захочет съесть. Хотя бы потому, что он научится готовить их сам.

Совместное приготовление даже простых блюд вместе с родителем, открывает для детей интерес к самому процессу готовки, что благоприятно сказывается на его дальнейшие желания, об отсутствии которых говорится выше (А, Б или В).

### 1. Каша овсяная на молоке с бананом и медом.

*Ингредиенты:*

Овсяные хлопья - 100 гр.

Вода - 200 мл.

Молоко - 100 мл.

Сахар – 2 ст.л.

Соль и другие добавки - по желанию

*Способ приготовления:*

Самый простой рецепт, который можно придумать и воплотить вместе с ребенком.

1. Смешиваем в кастрюльке воду, молоко, сахар, помешивая, доводим до кипения.
2. Добавляем овсяные хлопья и даем каше настояться 5-7 минут.
3. Нарезаем бананы для украшения. Выкладываем кашу в тарелку, украшаем бананами и поливаем половиной чайной ложечки меда.

### 2. Смузи на завтрак «Банановая энергия».

Этот вариант завтрака подойдет для любителей каши и любителей сладких фруктов.

В самый простой рецепт смузи входят те плоды, которые почти всегда найдутся под рукой. Очищаем 2 банана, нарезаем их крупными кусочками и держим в морозилке 15–20 минут. С ягодой (вишня, клубника, малина) необходимо проделать то же самое. В чаше блендера смешиваем половину большого зеленого яблока, 7 крупных ягод клубники или малины (или 20 гр вишни), затем добавляем охлажденные бананы. Заливаем полученную смесь 60 мл молока, половину чайной ложки мёда и взбиваем все в однородную массу. Разливаем смузи по тарелкам и украшаем ягодами, свежими кусочками бананов.

### 3. «Японские панкейки»

*Вам понадобится:* Яйца - 2 шт.

Молоко - 40 гр.

Сахар – 20 гр.

Растительное масло - 20 гр.

Мука – 60 гр.

**Приготовление:**

1. Отделить белок от желтка по разным емкостям.
  2. Взбиваем венчиком или миксером белок до устойчивых пик, постепенно добавляя сахар.
  3. Желток взбить миксером с маслом, мукой, молоком до состояния крема. Смешать лопаткой полученное со взбитым белком порционно (консистенция должна быть похожа на густую сметану).
  4. Готовую смесь ложкой размещать на сковороду, заранее разогретую, и прожаривать с двух сторон по паре минут (переворачиваем только тогда, когда по всей поверхности панкейка появятся пузырьки).
  5. Панкейки получаются пышными и очень вкусными. Подавать можно с маслом, вареньем, медом, шоколадной пастой и фруктами.
4. Перейдем к рецептам посложнее и посытнее.

**Омлет «Французский»**

**Вам потребуется:**

5 яиц

200 г шампиньонов

2 ч. л. сырного соуса

немного зеленого лука

200 г сыра

соль и перец

можете добавить и другие ингредиенты на свой вкус: ветчину, помидоры, лук и т.д.

**Приготовление:**

1. Взбейте яйца.
2. Добавьте к яйцам сырный соус и взбейте до однородной консистенции.
3. Добавьте соль, перец и лук.
4. Натрите сыр на терке.
5. Пожарьте грибы на сковороде до тех пор, пока они не начнут выделять сок.
6. Залейте к грибам яичную массу. Не размешивайте! Обжарьте с одной стороны.
7. Сверху насыпьте тертый сыр.
8. Переверните омлет, когда яйца уже хорошо прожарятся.

Положите на тарелку, и приятного аппетита!

**5. Паста в сырном соусе**

**Вам потребуется:** 100 г короткой пасты (порция на человека), петрушка, сыр, ветчина, 300 г сливок, соль

#### **Приготовление:**

Вскипятите воду в кастрюле и добавьте соль.

Когда вода вскипит, добавьте пасту и варите столько времени, сколько указано на упаковке (обычно 7-15 минут).

Натрите сыр.

Нарежьте ветчину маленькими кубиками.

В небольшой сковороде обжарьте ветчину, не добавляя масла.

Измельчите петрушку.

Когда ветчина покроется золотистой корочкой, добавьте туда петрушку и сливки. Размешайте.

Добавьте в массу натертый сыр.

Добавьте полученный соус к пасте и можно подавать на стол.

## **6. Клубничный чизкейк без выпечки**

#### **Ингредиенты:**

**Для основы:** печенье песочное 300 г, масло сливочное 80 г

**Для начинки:** сыр сливочный 500 г, сливки 33-35% 200 мл, сахар 150 г, клубника свежая 400 г, желатин 18 г

**Для желе:** клубничный сок 250 мл, желатин 10 г

#### **Приготовление:**

1. Желатин для начинки (18 грамм) залейте 100 мл холодной кипячёной воды и оставьте на час.
2. Желатин для желе (10 грамм) залейте клубничным соком и оставьте на час. Вместо клубничного можно использовать и любой другой красный сок (например вишнёвый), но вкуснее будет, если желе будет иметь именно клубничный вкус.
3. Печенье измельчите в блендере, также можно пропустить его через мясорубку или просто раскатать скалкой. Должна получится однородная сыпучая масса, не должно оставаться крупных неизмельчённых кусков печенья. Сливочное масло растопите в микроволновке или на плите. Если топите масло в микроволновке, будьте осторожны, не дайте маслу перегреться и закипеть, иначе придётся потом отмывать микроволновку. Добавьте топленое масло в печенье и тщательно перемешайте руками до однородности. Полученную массу выложите в разъёмную форму диаметром 22-24 см (можно использовать форму и большего диаметра, но тогда чизкейк будет ниже). Равномерно распределите её по всей площади формы и хорошо утрамбуйте. Поставьте форму в холодильник, пока готовится начинка.
4. Клубнику помойте. Лучше мыть клубнику вместе с плодоножками, если оторвать их перед помывкой, то ягоды без хвостиков наберут в себя влагу и станут водянистыми и безвкусными. Отделите 200-250 гр. самых красивых ягод для украшения, остальную клубнику отделите от плодоножек и нарежьте небольшими кусочками.
5. Желатин для начинки нагрейте на плите до полного растворения. Остудите.

6. Сливки взбейте с сахаром до образования устойчивых пиков. Чтобы сливки взбились, во-первых, конечно, они должны быть хорошего качества, а во-вторых, сливки должны быть очень хорошо охлаждены. А ещё лучше, чтобы охлаждены были также венчики и ёмкость, в которой будете взбивать. Добавьте сливочный сыр, тщательно перемешайте. Влейте в полученную массу желатин, хорошо перемешайте. Добавьте нарезанную кусочками клубнику и очень аккуратно перемешайте массу венчиком. Не используйте миксер, иначе можете повредить ягоды и они дадут сок. Мешать нужно до тех пор, пока клубника не распределиться по массе равномерно. Выложите массу на основу для печенья. Разровняйте массу и поставьте форму в морозилку минут на 7-10. Масса должна только немного схватиться, чтобы можно было на неё выкладывать клубнику для украшения и она не тонула.

7. Пока масса схватывается, желатин для желе, замоченный в соке, нагрейте на плите до полного растворения, но не доводите до кипения. Остудите.

8. Оставшуюся для украшения клубнику нарежьте тонкими ломтиками.

9. Клубнику аккуратно разложите по всей поверхности чизкейка. Аккуратно столовой ложкой налейте между ягодами тонкий слой остывшего до комнатной температуры желе и снова поставьте форму в морозилку на несколько минут. Это нужно для того, чтобы ягоды схватились и не всплыли, когда мы выльем всё желе на торт.

10. Вылейте оставшееся желе сверху и поставьте чизкейк в холодильник на 3-4 часа, а ещё лучше на ночь. Чтобы края чизкейка были ровными, перед тем, как открывать разъёмную форму, прогрейте её феном. Клубничный чизкейк готов.

## 7. Песочное фигурное печенье

**Нам понадобится:** Сливочное масло 150 гр, Пшеничная мука 420 гр, Сахар 150 гр, Куриные яйца 1 шт., Сода пищевая 2 гр.

**Приготовление:**

1. Сливочное масло вынимаем из холодильника заранее, чтобы оно было комнатной температуры и легче растиралось. Сливочное масло можно заменить маргарином, тогда печенье будет бюджетнее, однако в выпечке для детей лучше использовать все-таки сливочное масло, маргарин вреден. Растираем сливочное масло с сахаром, до полного растворения сахара.

2. Вбиваем одно куриное яйцо. Перемешиваем, для быстроты и легкости процесса можно использовать миксер.

3. Муку просеиваем и смешиваем с щепоткой соды. В смесь всыпаем частями муку и замешиваем крутое тесто. Долго тесто не вымешиваем, иначе печенье будет твердым.

4. Тесто оборачиваем полиэтиленом и убираем на час в холодильник.

5. После раскатываем его в пласт толщиной около сантиметра и формочками вырезаем печенье.

6. Выкладываем его на смазанный маслом противень. Выпекаем в разогретой до 180 градусов духовке около 25 минут. Ориентируемся на работу своего духового шкафа.

7. Вынимаем печенье, когда оно зарумянится. Подаем печенье к чаю или кофе. Дети с удовольствием его едят горячим с охлажденным молоком или какао. Приятного чаепития!

### САЙТЫ С РЕЦЕПТАМИ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ С ДЕТЬМИ:

1. <https://www.edimdoma.ru>
2. <https://1000.menu/catalog/gotovim-vmeste-s-detmi>
3. <https://mchildren.ru/deti-gotovyat-sami-prostye-illyustrirovannye-retsepty/>

## ЭПИЛОГ. Обращение к родителям.

Уважаемые родители!

Мы постарались подобрать для Вас то, что могло бы помочь разнообразить совместный досуг с вашими детьми. Надеемся, что данный сборник окажется не просто полезным на момент карантина – он сможет помочь скрасить любые выходные дни еще не раз, а также, если в вашей семье имеются проблемы при общении «родитель-ребенок» - то и сплотить ваши отношения.

Данный сборник не является авторским, но был найден для его составления, на наш взгляд, весь необходимый материал из всемирной сети «Интернет», тем самым, сэкономив Ваше время на самостоятельные поиски развлечения для своего ребёнка.

В этот непростой период жизни для всех, хотим пожелать Вам крепости духа и, конечно же, здоровья.

Спасибо, что Вы с нами, и что доверяете нам самое главное, что у Вас есть!

Коллектив ДЦОР ТГПУ.