

«КАК ПРОВЕСТИ ВЫХОДНОЙ ДЕНЬ С РЕБЕНКОМ».

Выходные дни – это время, когда родители и дети проводят вместе свободное от будней суеты время. Все вместе могут в полной мере испытать радость от общения друг с другом, поскольку в будние дни родители заняты на работе, а дети ходят в детский сад или школу.

В большинстве случаев, многие из нас даже не задумываются о том, насколько важно «правильно» провести вместе время и отдохнуть. Чаще всего родители заняты своими делами, дети смотрят мультики, играют в игрушки или сидят за компьютером. Это не только плохо отражается на здоровье дошкольников, но и оказывает отрицательное воздействие на детско-родительские отношения, между родителями и детьми теряется нить дружбы и доверия. На этапе когда дети еще малы, это не так страшно, и незаметно, а вот когда настанет подростковый период, родители начнут пожинать свои плоды.



А ведь выходные можно проводить весело и с пользой для всей семьи. Совместное времяпрепровождение сплачивает семью, а так же дает понять ребенку, насколько он важен для мамы и папы. Но, не стоит забывать о режиме ребенка, ведь после выходных наступят будни и ребенок пойдет в дошкольное учреждение, где ему будет проще адаптироваться к новой «рабочей неделе», если домашний режим совпадает с детсадовским.



Наступает выходной день. Куда пойти с ребенком? Этот вопрос часто ставит родителей в тупик. Может, в поход в парк? Разумеется, решающее слово остается за ребенком, это один из моментов, когда ребенок чувствует свою сопричастность взрослым в семье и растет спокойным, уверенным.

Очень часто родители любят водить своих детей в игровые комнаты, это конечно хорошо, но хорошо только для ребенка, а не для всей семьи. Это совсем не отдых для Вас, это время, полностью посвященное ему, вашему любимому ребенку. Пусть он еще раз удостовериться, что Вы его любите, что живете его интересами.

Посмотрите вокруг глазами ребенка - сколько интересного в мире! Заинтересовался ваш ребенок чем - то, остановитесь, приглядитесь, постарайтесь смотреть на все его глазами и в то же время оставаться взрослым!

Так как же можно провести выходной день с пользой для всей семьи?

Если погода благоприятствует, лучшее для выходного дня – *прогулка*. На прогулку можно взять и самых маленьких детей в колясках, и детей постарше. Главное, превратить обычный выход во двор во что-то большее. К примеру, устроить поход в лес или парк. Как вариант, при наличии бабушки или других родственников в деревне – съездить к ним в гости.



Для старших дошкольников-школьников можно посетить музеи, театры, или просто провести экскурсию,. Такое мероприятие принесет только пользу – и смена впечатлений, и свежий воздух, и развитие общего кругозора. Просто гулять, дышать свежим воздухом, любоваться природой. Обсуждать с детьми природные и погодные явления, слушать пение птиц. Зимой можно полепить снежки или скатать снеговика. Летом – посмотреть травку, понюхать цветы. Осенью – собирать листья для гербария. У каждого времени года своя прелесть. Заинтересуйте детей игрой: кто больше названий различных растений, деревьев, насекомых, птиц знает?

Превосходно, если погода позволяет, не только подышать свежим воздухом, но и заняться спортом.

Чем можно заинтересовать ребенка на улице?



Летом это могут быть ролики, велосипед, бадминтон. Зимой – катание на лыжах, на коньках, на санках. В лес можно взять термос с чаем, это придаст прогулке особую атмосферу.

Если погода не позволяет можно *устроить гостевой день*. Навестите друзей (обязательно с ребенком) или пригласить друзей к себе.

А еще можно *устроить ребёнку сюрприз*. Ваш ребенок проснулся рано утром в выходной день, а Вы сегодня решили сходить в зоопарк или в цирк, в музей, в кино, в театр и т.д. Ребенку вы конечно же ничего не сказали заранее. Обязательно возьмите с собой фотоаппарат. Фотографируйте ребенка и фотографируйте вместе с ним – дайте возможность вашему ребенку сделать несколько кадров.

Функция родителей заключается в том, чтобы до представления рассказать о том, куда они идут и какие там правила поведения. А после – поговорить с ребенком, развить его словарный запас. Кого ты видел в зоопарке? Как называется сцена у цирка? О чем был спектакль? Обсуждайте фильмы-мультфильмы. Расскажите и о своих чувствах-эмоциях, так вы поможете ребенку лучше понимать себя.

Если вы решили оставаться дома, то дома тоже можно не скучать! Рисуйте всей семьей, творите, играйте в настольные игры, готовьте вместе обед, читайте, смотрите фильмы всей семьей.



Как бы вы ни задумали провести выходной день с детьми, это должно нравиться и вам, и им. Родителям важно хоть на время выкинуть из головы все свои проблемы и расслабиться. Попробуйте встать на место ребенка, попробуйте вспомнить свое детство, а именно то, чего Вы хотели.

Психологи утверждают: к общению с ребенком нужно относиться серьезно. Дети очень чувствительны и регулярно нуждаются в вашем стопроцентном внимании. Они действительно переживают, когда в процессе игры вы отвлекаетесь на приготовление, стирку или телефонный звонок. И пусть это будет всего час полноценного общения – с точки зрения вашего ребенка это лучше, чем целый день урывками. Тем более что любое количество времени можно провести интересно и незабываемо как для ребенка, так и для вас самих. (Только желательно закончить игру вовремя, чтобы не пришлось прекращать ее на середине и расстраивать ребенка.)

Хороших вам совместных выходных!