

Совсем скоро долгожданные новогодние каникулы! Это замечательная возможность сблизиться со своим ребенком, на время вернуться в мир детства. Как же провести их интересно и с пользой?!



Чтобы ваш ребёнок не просидело все праздники у компьютера или телевизора, грамотно организуйте его отдых!

1. Идём на ёлку!

Неотъемлемая часть зимних каникул – новогоднее представление. Но не стоит скупать билеты на все ёлки подряд. Для дошкольника, особенно младшего возраста, это серьёзная нагрузка – как физическая, так и психическая. Если вы хотите, чтобы ребёнок получил удовольствие и что-то запомнил, сводите его на один спектакль, а затем обсудите увиденное, предложите нарисовать героев новогодней сказки.

2. Отдых – это сон.

Раз не надо идти в детский сад – не надо рано вставать! По утрам разрешайте ребёнку валяться в постели столько, сколько он хочет. Каникулы для того и придуманы, чтобы дети могли отдохнуть и выспаться. Но вот по вечерам долго сидеть у телевизора им не позволяйте, чтобы с началом рабочей недели не пришлось вновь перестраиваться на новый режим. Для организма это стресс, он грозит развитием неврозов. Обедайте и ужинайте тоже в привычное время.

3. Я поведу тебя в музей...

Новогодние каникулы – самое подходящее время для экскурсий, посещения музеев, театров. Но и с этим важно не переусердствовать, чтобы праздники не превратились в бесконечную череду дежурных

мероприятий. Подумайте, где вашему ребёнку было бы интересно побывать, – и заранее купите туда билеты. Положите их в новогодний подарок – пусть эту выставку или спектакль он воспримет как волшебное осуществление мечты.

4.Общаемся играя.

Две недели в начале января – редкий случай, когда мамы и папы могут побыть дома со своими чадами, заняться общим делом. Доставьте себе такое удовольствие – поиграйте с детьми в лото, вместе сложите пазлы или оригами, соберите конструктор. Если по вечерам вы сами не будете усаживаться перед телевизором, а достанете с полки “Монополию” или нарды, ваш ребёнок не уткнётся в компьютер, а присоединится к вам.

5. Изба-читальня.

Многие родители жалуются, что их дети совсем не читают. Но при этом и их самих редко можно увидеть с книгой: домашние дела не оставляют на это времени. Если хотите, чтобы у ребёнка сформировалась привычка к чтению, подарите ему на Новый год интересную книгу – и предложите читать её по очереди вслух. Глядишь, такие совместные вечера войдут в привычку, и компьютер перестанет быть для ребёнка центром вселенной.

6. Набраться сил!

Старайтесь чаще бывать на свежем воздухе. Детям любого возраста полезен свежий воздух, поэтому старайтесь, чтобы ваш ребенок каждый день бывал на улице. Можно погулять в ближайшем парке или сквере, а можно отправиться вместе с детьми в парк аттракционов, зоопарк или музей. Можно также отправиться всей семьей в парк, на каток, в бассейн, в океанариум или дельфинарий.



Наслаждайтесь тем, что вы — родители.

Веселого времяпровождения в кругу семьи!

