

Консультация для родителей

"Как интересно и с пользой провести выходной день"

К сожалению, в будни у большинства родителей из-за работы или бытовых обязанностей, нет ни возможности, ни сил проводить достаточно времени со своими детьми. Исправить сложившуюся ситуацию можно на выходных, эти дни являются прекрасной возможностью, чтобы насладиться общением со своими любимыми крошками.

Здорово, когда вся семья собирается вместе! В будние дни ребенок видит своих родителей только по утрам и вечерам, а вот выходные пройдут по-другому!

Тон выходному должен задаваться с завтраком, пусть в этот день он будет особенно вкусным, любимым всеми членами семьи, чтобы никто не сидел долго за тарелкой надоевшей каши. Задействуйте малыша в приготовлении завтрака. Пусть ребенок помогает расставлять приборы, раскладывать йогурты папе и маме. В общем, завтрак должен быть полезным и активным.

После завтрака можно начинать действовать. Конечно план выходного дня корректируется погодными условиями: если погода позволяет, то не зависимо от времени года нужно отправляться на совместную прогулку. Совсем не важно, что вы предпочитаете - городской парк или в загородной отдых. Прогулка на свежем воздухе дает очень сильную эмоциональную зарядку, кроме того, она полезна для здоровья.

Поверьте, даже, казалось бы, обычную прогулку можно превратить в незабываемое приключение. Например, отправиться осваивать другие дворы, в которых можно испробовать другие качели, покататься на незнакомых каруселях и завести новых друзей.

Отправляясь в выходные с детьми на прогулку в сквер или парк, возьмите с собой фотоаппарат и устройте фотосессию. Это занятие может быть очень увлекательным и веселым. Не стесняйтесь позировать, прыгайте, дурачьтесь, стройте рожицы – делайте все, чтобы ваши фотографии вышли как можно

красочней и ярче.

Во время прогулки можно найти столько всяких полезных вещей, например, красивых веточек, листьев, шишек, цветов или камешков, из которых вы с ребенком можете создавать настоящие шедевры.

То, как проводить время на природе будет зависеть и от времени года и ваших с ребенком предпочтений. Летом, можно отправиться на пикник, прихватив с собой мяч, бумеранг или бадминтон, пойти на речку или поехать всей семье на рыбалку. В теплый осенний денек, отдохнуть на выходные с ребенком можно, отправившись в лес по грибы, при этом есть их совсем не обязательно, просто устройте конкурс, типа: кто первый найдет или кто больше соберет. Зима прекрасное время для того, чтобы поиграть в снежки, слепить снеговика или покататься на санках.

Отличным развлечением для детей в выходные станет спорт. Маленькие непоседы обладают таким огромным запасом энергии, что, порой, ей просто некуда деваться, физическая активность станет прекрасным помощником в этом деле. Устройте во дворе между детишками соревнования с призами или организуйте любую другую подвижную игру, например, футбол или волейбол.

Можно провести выходные с ребенком, вспоминая старые добрые игры, которые мы обожали в детстве. Классики, игры с мячом, веселые эстафеты, прыжки на скакалке...

Полезный, активный, интересный и увлекательный досуг на улице вам обеспечен!

Несколько примеров подвижных игр для улицы:

- из круга вышибала;
- море волнуется раз...;
- эстафеты;
- мини-футбол или баскетбол;
- мини-тренажерный зал;

- коньки, лыжи, горка, снежки;
- прятки;
- салки;
- съедобное – несъедобное.

Можно придумать что-то свое или позаимствовать знания у знакомых. Вспомните игры, знакомые еще, наверное, нашим бабушкам и дедушкам, но до сих пор не утратившим своей актуальности.

Если на улице ужасная погода и идти никуда не хочется, можно организовать интересный отдых в выходные с детьми и дома.

Кулинария. Если мама на кухне, можно предложить ребёнку помочь ей. Кухня самое подходящее место для развития мелкой моторики и порой самое любимое место для игр у детей. Там много всего интересного. Ребёнок может оказать посильную помощь в приготовлении еды. Например, ему можно доверить почистить яйцо. Он может подавать нужные овощи. Украшать готовые блюда. Не бойтесь пустить ребенка на кухню, пусть он вам поможет приготовить обед. Давайте ему несложные, интересные поручения, а потом всей семьей дегустируйте получившиеся блюда.

Настольные игры. Особой популярностью пользуются семейные настольные игры. Привлекательность их в том, что дополнительного инвентаря не нужно, место занимает немного, а интерес и азарт присутствует у всех членов семьи. Настольные игры подразделяются на: классические, экономические, обучающие, головоломки, викторины и т. д. Разновидностей настольных игр великое множество. Из всего разнообразия можно подобрать не только игры для взрослых или детей, но и совместные домашние семейные игры. Не стоит ограничиваться знакомой всем «Монополией» или «Лото», на сегодняшний день существует много видов всевозможных настольных игр, из которых вы, обязательно подберете себе несколько самых интересных. Подобные занятия будут не только интересными, оно еще и помогут сплотить вашу семью.

Виды семейных настольных игр:

-миниатюрные игры – машинки, железная дорога, куколки, солдатики;

- игры с использованием ручек и бумаги - морской бой, крестики – нолики;
- игры с использованием досок – шашки, шахматы;
- игры с использованием картинок – домино.

Домашний сад. Для того чтобы создать сад совсем не обязательно иметь дачу, его вполне можно сделать и на подоконнике. Займитесь пересадкой комнатных растений, изготовьте своими руками цветочные кашпо или красиво оформите горшки росписью или аппликацией. Для создания красивых композиций из растений прекрасно подойдут всевозможные камешки, ракушки, веточки и даже маленькие игрушки.

Сделайте дом уютней. Создавать уют в доме можно всей семьей. Немного смените обстановку, продумайте декоративные элементы и сделайте их своими руками.

Домашний театр. Разновидностей театра много: кукольный, пальчиковый, театр теней... Они все без исключения увлекают ребенка.

Наблюдать за движущейся игрушкой малышу интересно даже в первый год жизни.

Мама или папа выступают в роли главного героя и ведут диалог с малышом, разыгрывая всевозможные ситуации. Для совсем маленьких удачными будут исполненные потешки, которые побуждают к действиям (похлопать, поднять ручки вверх и пр., для деток постарше вполне можно подобрать поучительные ситуации.

Если ваш малыш уже умеет разговаривать, то смело доверяйте ему одну из ролей. Разыгрывайте диалог. Вот увидите, как весело и с пользой можно провести выходные с ребенком.

Не беда, если у вас нет под рукой куклы-перчатки, играть в пальчиковый театр можно обычными игрушками.

А если у вас есть старая перчатка, то сшейте сами все необходимое для пальчикового театра. Ничего сложного: к пальчику от перчатки приделываете глазки, носик, ротик, ушки, надеваете на палец и герой готов.

Можно начинать представление.

А как интересно играть в театр теней!

В темной комнате на расстоянии двух метров от стены устанавливается и включается лампа. Ладони располагаются перед ней и на стене начинают появляться первые герои. Научите ребенка делать собачку, лисичку, волка и голубя. Это самое простое, что можно сделать с помощью рук.

Можно заняться творчеством: материалы могут быть самые разнообразные: от цветных карандашей, до фломастеров. Если ребёнок ещё плохо владеет мастерством рисования, можно предложить ему дорисовывать предметы, например, лучики солнышку, стебелёк цветку. И не страшно, если после рисования красками он испачкает одежду и руки. Зато совместный процесс творчества с мамой или папой доставит ему удовольствие.

Можно заняться лепкой. Причём лепить, не только пластилином, но и использовать тесто. Тесто очень удобный материал для лепки. Оно пластичное, не пачкает руки. Если готовую поделку подсушить, а затем вместе с ребёнком раскрасить, получившаяся игрушка будет долго его радовать.

Обязательно надо почитать ребёнку. Пусть это будет или сказка, или занимательный рассказ. Рассмотреть иллюстрации в книге. Затем обсудить прочитанный материал. Лучше, если сказку не читать, а рассказывать. Она интереснее воспринимается.

Игры в семейном кругу помогают не только весело и интересно провести время всем членам семьи, но и сближают их. Чем больше люди проводят времени вместе, тем ближе друг к другу они становятся, тем больше общего у них появляется.

Разнообразные игры в семейном кругу благотворно влияют на полноценное развитие ребенка и повышают его самооценку. Да и взрослым полезно иногда откинуть в сторону бытовые проблемы и ненадолго возвратиться в счастливое детство.

В принципе неважно, во что и как вы будете играть. Самое главное, что это

время вы будете проводить вместе, а не по разным комнатам перед компьютером или телевизором.

Проводите больше времени с ребёнком! Общайтесь, занимайтесь общим делом. Как важны эти драгоценные минуты проведённого вместе времени! Ребёнок будет благодарен вам.