

Как провести выходной

Фомина Ольга Ильинична,
музыкальный руководитель I квалификационной категории
МБДОУ «Детский сад № 265» г.о. Самара

В каждой семье по-своему принято проводить выходные дни. Но в большинстве случаев, это выглядит так: мама с папой заняты своими делами, дети смотрят мультфильмы 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. Когда дети еще малы, это не так страшно, 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 также дает понять ребенку, насколько он важен для мамы и папы. Но не стоит забывать о режиме дня, 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.

Куда пойти с ребенком? Этот вопрос часто ставит родителей в тупик. В любую погоду и при любом финансовом состоянии можно интересно проводить время со своей семьей. Разумеется, решающее слово остается за ребенком, это один из моментов, когда он чувствует свою сопричастность взрослым в семье и растет спокойным, уверенным.

Раз и навсегда, уважаемые родители, решите для себя: совместный с ребенком поход - 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!

Речь ваша, дорогие родители - эмоциональная и выразительная, должна нести доброе отношение к окружающему, восхищение щедрой красотой природы. В то же время побуждайте ребенка высказываться, думать, сопоставлять, учите анализировать, отвечать на вопросы и задавать их. Ребенок должен чувствовать родительскую сопричастность его интересам.

Так формируется доверие к миру, благодарность и огромная любовь к родителям.

Совместный выходной может быть вылазкой на природу, просто прогулкой по парку или же можно отправиться в поход, благо в нашей области достаточно достопримечательностей и памятников природы. Интересно будет прогуляться по лесу за грибами или же просто полюбоваться природой и подышать воздухом. Осенью очень весело собирать необычные листочки, затем собрав их в гербарий. В любое время года можно отправиться всей семье на увлекательную рыбалку, даже если вам не повезет с уловом, заряд бодрости и хорошего настроения вам будет обеспечен. Особенно рыбалка способствует укреплению отношений папа-сын. Мама же в это время может с дочкой рисовать пейзажи, которые будут вокруг или готовить стол к семейному пикнику.

Возможно, кого-то привлекает спортивный отдых: бадминтон, футбол, волейбол. Это можно осуществить на детской площадке. Или же можно устраивать семейные спортивные соревнования с другими семьями. Это не только способствует укреплению здоровья ребенка, укреплению детско-родительских отношений, но также благоприятно сказывается на умении ребенка общаться со взрослыми и сверстниками. Можно отправиться в путешествие на велосипедах, сейчас большой выбор детских сидений, которые крепятся на взрослый велосипед. В зимнее время года, объединит семью постройка снежных замков или катание с горки, которая предварительно будет построена совместно с ребенком. Кататься на коньках, теперь возможно не только зимой, но и летом, благодаря крытым каткам, которые есть практически в любом крупном городе.

Если семья предпочитает культурный отдых, можно сходить в музей, на выставку, в театр, кино или зоопарк. Там ребенок получит не только положительные эмоции, но и новые знания.

Если же за окном погода совсем не радует, можно ограничиться домом. Но не нужно просто сидеть у телевизора - организуйте семейный обед, можно пригласить гостей. Семейные обеды, особенно если за ними обсуждать дела каждого члена семьи, их проблемы и радости, также благоприятно сказываются на укреплении семейных отношений. После обеда можно поставить спектакль или просто почитать детям интересную книгу, или поиграть в настольные игры.

Интересным и увлекательным проведением выходного дня может стать для ребенка посещение музея. Практически всегда привлекательными для дошкольников оказываются природоведческие музеи. Увидеть в музее все ребенок просто не в состоянии. Переход от одной музейной витрины к

другой, утомителен и мало познавателен для ребенка. Гораздо лучше и намного полезнее выбрать что-то одно и внимательно рассмотреть в деталях. Можно выбрать витрины посвященные старинному костюму или оружию, посуде, мебели.

Не меньший интерес представляют для детей и выставленные в музеях археологические находки - лодки, выдолбленные из ствола дерева, сделанные из камня и кожи топоры, украшения.

Дошкольник хочет и может узнавать, что составляет основу экспозиции исторических музеев - как жили люди раньше, как был устроен их дом, какую одежду они носили и из какой посуды ели, на какой мебели спали, сидели, во что играли и на чем писали. В этом возрасте детям хочется примерить эту жизнь на себе и проигрывать ее, представляя себя участником действия.

Существует много способов, как провести выходной день вместе с ребенком интересно и увлекательно. Придумывайте, фантазируйте и вы получите массу впечатлений, удовольствий от прогулок с ребенком.

