



Подходит к концу рабочая неделя, приближаются долгожданные выходные...

Несмотря на то, что папе наверняка захочется отоспаться, а маме – затеять генеральную уборку и закупить продуктов на неделю, важно помнить о главной цели выходных: **отдохнуть!** У вас есть два дня на то, чтобы побыть вместе всей семьей и получить массу ярких впечатлений. И сразу возникают вопросы: «Как провести выходные с ребенком? Куда сходить или съездить, чтобы понравилось и взрослым, и детям? Что делать, если плохая погода/ребенок приболел/нет денег и приходится остаться дома?».

Рассмотрим различные варианты для семейного уикенда. Прежде всего, планируйте семейные выходные:

#### 1. Режим дня.

Независимо от возраста ваших детей, постарайтесь придерживаться привычного для них режима и в выходные.

#### 2. Питание.

Если вы планируете поездку куда-то далеко от дома, узнайте, есть ли в этом месте кафе с приемлемыми для детей блюдами. Будете далеко от «цивилизации»? Продумайте, что возьмете с собой в дорогу и купите заранее всё необходимое.

#### 3. Отдых для всех членов семьи.

Старайтесь сделать выходные яркими и насыщенными, но не только для детей или, наоборот, для взрослых. Пусть удовольствие от отдыха получают все.

#### Рассмотрим несколько вариантов семейного отдыха:

##### 1. «Гармония природы»

Прогулка в лес – это отличный вариант приятного общения со своим ребёнком, при условии благоприятной погоды. Ведь где, как ни на природе, есть возможность обсудить погодные явления, слушать пение птиц. Зимой – слепить снежную бабу, поиграть в снежки и т. д. Летом посмотреть траву, понюхать цветы, полюбоваться на водоём. Осенью – собирать листья для гербария.

##### 2. Покормите животных и птиц в парке.

Если в зоопарке в основном на животных можно только смотреть, то обитателей парков никто не запрещает кормить. Это могут быть уточки в пруду, белочки, ну и, конечно, в любом сквере вы увидите голубей.

##### 3. Сходите в детский театр

Если вы пока ни разу не были в театре, самое время наверстать это упущение!

##### 4. Постройте замок из песка.

Нет ничего интереснее, чем строить замки, рыть песочные траншеи, лепить куличики из песка. Помогите ребенку построить нечто грандиозное, например, замок для кукол или солдатиков.

##### 5. Выходной день дома!

Это тоже хороший вариант, ведь здесь можно уделить максимум внимания своему ребенку, которое ему так необходимо для полноценного развития.

Помните, что ребенок приобретает знания посредством игр и воображения.

Игра — это способ приобретения навыков, присущих взрослым людям. Детские игры, по сути, могут сравниться с работой и учебой.

##### Игра в прятки с игрушкой.

Договоритесь с ребенком, кто будет водящий. Водящий остается в комнате и прячет куда-нибудь игрушку, а другой игрок ждет за дверью. Затем он заходит в комнату и ищет игрушку, а водящий направляет его, говоря «горячо - холодно».

##### Творите! Рисуйте!

Придумайте с ребенком поделку-аппликацию.



6. Поход в гости — тоже отличный вариант. Сходите к родственникам или друзьям, у которых тоже есть дети. В таком случае и вы сможете отдохнуть, и ваши чада не будут скучать.

7. В зависимости от времени года и погоды можно сделать и запустить воздушного змея, собрать гербарий, построить песочный замок или рассматривать

снежинки. Такие занятия приносят огромное удовольствие. Главное — выбирать то, что соответствует интересам малыша, делать все вместе и интересно рассказывать ребенку новую информацию.

Помните, что ребёнка раннего возраста хватает лишь на 20 минут при условии, если мама объясняет ему происходящее. Все свои впечатления ребёнок должен «переварить», и мама должна ему в этом помочь, вспоминая вместе с ним, что он видел, делал и т. д. Во второй половине дня стоит отдавать предпочтение спокойным занятиям. Почитать малышу книжку, погулять в знакомых, привычных местах, на детской площадке или в парке. Не нужно смотреть телевизор, лучше расскажите на ночь сказку.



Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №13  
«Звёздочка»  
г. Ярославль  
ул. Б. фёдоровская д.91  
тел. 450-457

## Памятка для родителей



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.

**«Как провести выходной с малышом»**