



Как провести новогодние каникулы с пользой.

Чтобы ваше чадо не просидело все праздники у компьютера или телевизора, грамотно организуйте его отдых!

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.

Отдых – это сон.

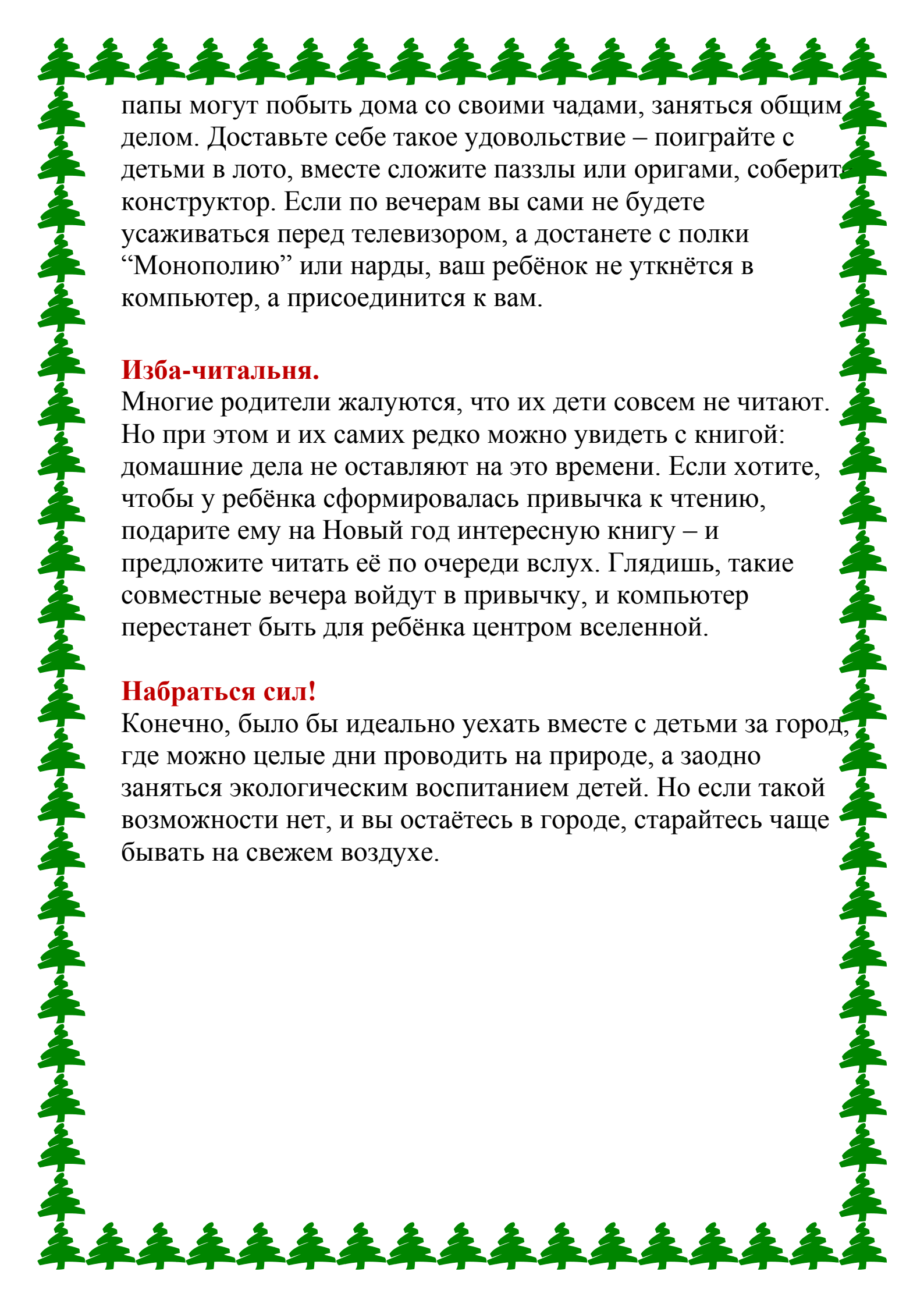
Раз не надо идти в детский сад – не надо рано вставать! По утрам разрешайте ребёнку валяться в постели столько, сколько он хочет. Каникулы для того и придуманы, чтобы дети могли отдохнуть и выспаться. Но вот по вечерам долго сидеть у телевизора им не позволяйте, чтобы с началом рабочей недели не пришлось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

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.

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 паззлы 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.

Имба-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.

Набраться сил!

Конечно, было бы идеально уехать вместе с детьми за город, где можно целые дни проводить на природе, а заодно заняться экологическим воспитанием детей. Но если такой возможности нет, и вы остаётесь в городе, старайтесь чаще бывать на свежем воздухе.