

## **Как провести каникулы с пользой.**

Вот и позади учебные дни. Детям раздолье, а родителям каникулы – головная боль, ведь все свободное время дети используют не для здоровья и души, а вместо игр на свежем воздухе – просиживание за компьютером, без разбора поглощая то, что предлагает СМИ, или пребывая в очередных играх.

Как же провести каникулы с пользой для души и тела?

Понятно, что детям хочется просто побегать и ни о чем не думать. Но от долгого безделья устаешь больше, чем от тяжелой работы. Поэтому отдых надо планировать. А в детской жизни главное – разнообразие интересов и запоминающиеся впечатления. Поэтому в план каникул необходимо включить необычные поездки, посещение концертов, спектаклей, выставок или просто смену обстановки (прогулки по парку, ночевки в лесу, фотографии, видеосюжеты, из которых потом можно сделать ролик или слайд-шоу). Можно ребенка попросить составить план на день о том, как он будет использовать свое время (т.е. «проводить с пользой»).

В любые каникулы, а особенно в летние нужно научиться чему-то новому. Поэтому дайте свободу детской энергии и фантазии. Пусть это будет бисероплетение, вышивка, игра в баскетбол, коллекционирование, подводное плавание, но обязательно чего-то новое.

И тем не менее у ребенка в каникулы должны оставаться определенные обязанности: пылесосить, сходить в магазин, вымыть посуду, убрать свою комнату.... Но и это надо продумать, чтобы эти поручения не были тяжелой повинностью, а становились неотъемлемой частью жизни ребенка. И не забывайте его за все это хвалить.

И еще неплохо было бы организовать регулярное повторение самого важного учебного материала, чтобы «не забылось», «не потерялось» за долгие летние месяцы. Можно пойти на хитрость и писать вместе с ним небольшие впечатления от увиденного за день (вот вам и русский язык) или придумать задачу на скорость, время и расстояние до дачи или деревни, где живет бабушка (родственники), или в игровой форме повторить таблицу умножения и деления (ну чем не математика!).

Ну и, конечно же, предложите своим детям (а заодно и поиграйте с ними) новые и любимые, старые, шумные, подвижные и спокойные настольные, словесные, простые и сложные игры и занятия.

Постарайтесь уделять побольше внимания вашим детям, проведите вместе с ними каникулы, гуляйте, разговаривайте, будьте рядом. Именно эти минуты дольше всего помнятся и дороже всего ценятся.