



Чем занять ребенка на новогодних каникулах?

Всего несколько дней осталось до начала новогодних каникул. Как организовать зимний отдых в городе, чтобы каникулы были яркими и запоминающимися?

Психологи советуют приступать к планированию детского отдыха только после разговора с самим ребенком. «Для начала спросите ребенка, как бы он хотел провести время. «Все запишите, обсудите», – говорит специалист по семейному обучению Елена Валькова. – Он сам даст вам массу идей. Возможно, у ребенка есть мечта научиться что-то делать и сейчас появилось свободное время. Или он уже распланировал каникулы, а вам нужно только подстроиться. Если нет, займитесь планированием вместе. Чтобы все получили максимум удовольствия и пользы от этих дней».

Идеи для незабываемых зимних каникул

Вот несколько бюджетных идей от психологов Александра Орлова и Ольги Запрудной:



- Предложите ребенку сделать **маскарадный костюм** из различных подручных материалов и новогодних украшений. Пусть он сам выберет персонажа, нарисует или вообразит его костюм и головной убор, изготовит его из того, что найдет в шкафу. Только, чур, делать самому! В этом костюме он может встретить Новый год, пойти на вечеринку к друзьям или в гости родственникам. Непременно сделайте фотографии для семейного альбома и соцсетей и вручите какой-нибудь приз за выдумку.
- **Устройте конкурс** – отгадывание загадок по книжке или из интернета. Пусть дети займутся этим без вас. За каждую правильную отгадку они берут себе фишку (это может быть монетка, камешек, прищепка – что угодно). Накопленные фишки можно менять на призы. Например, за 10 фишек ребенок получает сладость, за 20 – поход в кино или посещение ледового катка и так далее. Дети сами читают загадки, предлагают ответы и проверяют их. А результаты объявляются под самый Новый год!
- Если выпадет свежий снег, то во дворе или в парке можно **слепить** традиционного **снеговика** с морковкой, а можно – любых сказочных персонажей. Идеи снежных скульптур почерпните в интернете. Их хорошо раскрасить красками – получится настоящий шедевр.



- Устройте **пикник** в лесу. Возьмите с собой еду, сладости и горячие напитки в термосе.
- Присоединяйтесь к активностям других детей (например, к игре в снежки, строительству снежной крепости или лабиринта). Потом можно устроить **снежный бой** и взятие укрепления, разделившись на две команды.



- Устройте **снежный тир**. Можно вынести на улицу настоящую мишень или нарисовать ее на бумаге и повесить на дерево. А за меткость выдавать призы.

- Выдувайте **мыльные пузыри** целой компанией. Состав для них можно изготовить самостоятельно (рецепты несложно найти в интернете). Можно устроить соревнования, выдувая пузыри из коктейльных трубочек на дальность, на размер или на долготу существования. Если будет мороз, то можно увидеть, как пузыри замерзают и покрываются морозными узорами.



- Изготовьте и **повесьте кормушку** для птиц. Если умения позволяют, можно сделать ее из фанеры и раскрасить. А если нет – то из молочного пакета. Регулярно насыпайте корм и следите за птицами. Если кормушку повесить возле окна, то ребенок может сделать дневник наблюдений и регулярно его заполнять.



- Займитесь **кулинарными экспериментами**. Например, испеките вместе с детьми имбирное печенье, пряники или пирог. А потом украсьте их глазурью или присыпками. Неспешное раскатывание теста под разговоры или музыку, плюс манящие запахи выпечки – это настоящее волшебство!

- Выделите один день на каникулах, когда вы отправитесь в **интересное или незнакомое место** на природе или в городе. Это может быть поход на лыжах, а может – просто прогулка по живописным улочкам, празднично украшенным к Новому году. Постройте маршрут вместе, а перед началом пути дайте задание ребенку – запомнить, а потом нарисовать то, что он увидел. Может быть, он сделает карту местности.

- Устраивайте регулярные **музыкальные паузы**. Составьте список произведений на месяц. Каждый день выделяйте 5 минут на прослушивание и столько же – на обсуждение.



- Напишите вместе сказку или рассказ. Смастерите героев. Покажите представление или **теневого театр** для родственников и друзей.

- Введите в правило ежедневные вечера (или утра) для совместного **чтения**. За чашечкой чая и плюшками читайте по очереди новые книги, а затем обсуждайте. Чтение вслух для младших и даже для средних школьников все также актуально. Вы удивитесь, но и старшие дети получают от этого удовольствие. К таким литературным вечерам могут присоединиться и друзья.
- Устройте регулярные **семейные просмотры** детских советских мультфильмов. Обсуждайте. Сравните с современностью. Учитесь анализировать.



- Общайтесь с **бабушками и дедушками**. Слушайте истории про их жизнь. Составьте генеалогическое дерево. Записывайте на видео их рассказы, из которых смонтируйте фильм. Покажите его на семейном празднике.

Составьте расписание. Делайте то, что вам по силам, что вы сами любите. Делайте это с удовольствием. Тогда ребенок запомнит эти каникулы.

Ребенок тоже человек»: главные ошибки родителей

Есть несколько внутренних установок, которые не дают родителям правильно организовать отдых детей. И главная из них – что нужно не терять время и наполнять жизнь ребенка чем-то полезным. На самом деле даже день совершенного ничегонеделания просто необходим. Он позволяет ребенку перезагрузиться, «устать» от отдыха и захотеть чего-то нового.

«Вспомните, что отдых – это не учеба и не воспитание. Позвольте ребенку быть собой и иметь свои желания. Договаривайтесь с ним о том, что было бы интересно вам обоим, и просто отдыхайте вместе. Тогда после каникул у него останутся самые теплые воспоминания о каникулах, которые прошли весело и без напряжения», – говорит психолог Ирина Шувалова.

Вот еще несколько ошибок родителей в плане организации отдыха детей.

- Убеждение, что ребенок сам найдет себе занятия. Да, найдет – это будут гаджеты и компьютерные игры.
- Стремление чем-то занять ребенка без своего участия. Да, если вы готовы купить 10 посещений в разные развлекательные центры и т.д. При этом ребенок все равно будет скучать по общению с вами.
- Мнение, что ребенок должен каждую минуту что-то изучать, чем-то заниматься, в чем-то участвовать. «Дети – такие же люди, как и взрослые. Им тоже нужны периоды перезагрузки и эмоциональной разрядки. Нет ничего плохого в «овощных» (бесполезных с точки зрения учебы и развития) днях. Особенно если они еще и проведены совместно с родителями», – подытожила психолог.