

**Закончился учебный год, наступила
долгожданная летняя пора: можно спать
сколько хочется, никаких домашних
заданий, никакой школы — свобода, одним
словом!**

**Но у родителей встает теперь вопрос, чем
же занять чадо, чтобы оно не сошло с ума
от безделья и избытка энергии на летних
каникулах, чтобы не свело с ума
ближайших родственников и время прошло
с пользой.**

**Конечно, лагерь отдыха, детские клубы и
пр., поездка в деревню к бабушке и
дедушке, отпуск с родителями —
отличные идеи. Но, как правило, свободное
время всё-таки остаётся и его нужно
чем-то заполнить.**

**Предлагаю несколько идей, как провести с
пользой детские каникулы и не оставить
времени на скуку и безделье, — для
родителей, или для тех, кто будет
находиться с ребёнком во время каникул
дома.**



Режим дня

Первое, о чём хотелось бы сказать, — очень важен режим дня и его планирование.

Т.е. чтобы весь день у вас с ребёнком строился по чёткому плану.

Предсказуемость и постоянство дают ребёнку чувство уверенности и спокойствия, он знает, чем займётся в тот или другой отрезок времени.

Не обязательно вставать по будильнику и так же рано, как в школу, но желательно, чтоб это было одно и то же время и не слишком поздно. Важно приучить ребёнка делать утреннюю зарядку, делать её вместе с ним. В этом есть безусловная польза и плюсы как для ребёнка, так и для вас. Увеличивайте постепенно нагрузку, чтоб зарядка была не просто развлечением, а также физически развивала ребёнка и давала выход энергии.



Обучающие и развивающие занятия

Лето - прекрасная пора научиться плавать. Летние каникулы длятся целых три месяца и это прекрасная возможность научить вашего ребёнка чему-то новому — каким-то знаниям и навыкам.

Из самых элементарных и при этом весьма важных занятий — это приучение к помощи по дому. Есть масса дел, которые ваш подросший ребёнок в состоянии выполнять. Во время учебного года ему некогда этим заниматься и вам не хочется его переутомлять, отвлекать от учебного процесса и т.д. А лето — удобное время для этого. Помощь по дому важна и в качестве реальной помощи родителям, и как развитие чувства ответственности, собственной значимости, а также, конечно, как подготовка к взрослой жизни и самостоятельности.



Обучающие и развивающие занятия

Вы можете научить ребёнка самостоятельно готовить какие-то простые блюда, разогревать пищу, сервировать стол, мыть посуду или управляться с посудомоечной машиной; загружать и включать стиральную машину, развешивать бельё, утюжить его, раскладывать по местам; подмести и помыть полы; ухаживать за цветами; что-то несложное починить и много чего другого.

Кроме этого, можно научить рукоделию — вязать или шить, вышивать; или ловить рыбу, например, а также прочие умения, полезные как для девочек, так и для мальчиков.



Обучающие и развивающие занятия

Замечательная идея — научить ребёнка всяким спортивным умениям и навыкам. Лето — самое подходящее время для этого. Можно научить плавать или кататься на велосипеде (роликах, скейтборде и т.д.), разнообразным играм с мячом — футболу, волейболу, баскетболу и т.д.

Не стоит забывать о книгах. Рекомендую заранее продумать, с какими книгами вы бы хотели познакомить вашего сына или дочь, для каких, по вашему мнению, пришло уже время, какие подходят возрасту и были бы очень полезны, интересны. Составьте заранее список, запаситесь книгами, рассчитайте время — как и сколько вы сможете отводить чтению. Если ребёнок самостоятельно ещё не читает много или читает с трудом, то составьте отдельно список для самостоятельного чтения ребёнком и список литературы, которую будете читать ему вы. Пусть среди дня будет время, когда ваш подопечный будет читать самостоятельно, и отдельно время, когда читаете ему вы (неплохо было бы, если бы вы читали ему на ночь).



Обучающие и развивающие занятия

Говоря о чтении, стоит упомянуть ещё о развитии двуязычных детей или детей, активно изучающих иностранный язык.

Обычно на одном из языков ребёнку читать сложнее и он делает это менее охотно, но вам бы хотелось, чтоб язык он слышал и впитывал — тогда включите в программу чтения взрослыми для детей книги на более трудном для ребёнка языке.

Отдельно хочется сказать о таком увлекательном занятии, которое с развитием цифровой техники стало доступным совсем маленьким детям, как фотографирование. Научить даже младшего школьника снимать самой простенькой «мыльницей» очень просто. Его наверняка увлечёт это занятие. Пусть снимает всё, что вокруг него, всё, что интересно.

Вы сможете совместно потом отбирать наиболее удачные кадры, напечатать их и создать фотоальбом «Как я провёл лето».

Останется память, а также ваш подопечный приобретёт немаловажные навыки, которые всегда пригодятся ему.



Занятия и развлечения дома

Складывание пазлов - увлекательное занятие. Итак, вы довольно много времени будете находиться дома и вам нужно запланировать для ребёнка как можно больше занятий — разнообразных, интересных, не только развивающих, но и развлекающих.

Среди таких занятий, конечно, стоит упомянуть в первую очередь рисование, лепку, раскрашивание, аппликации, различные поделки, оригами и подобное.

Очень увлекательное занятие — складывание картины из множества деталей пазла, т.е. работа не на один день.

Хороши ролевые игры — в учителя/воспитателя, в дом мод, в продавца-покупателя, врача-пациента, киноактёров и т.д., насколько позволит фантазия ваша или вашего ребёнка. Обычно детям такие игры очень нравятся. А вам дадут пищу для размышлений о характере ребёнка, его устремлениях, предпочтениях и даже возможных психологических проблемах.

