



# Как провести выходные с ребенком

Автор: Шупова Н.М.  
воспитатель МБДОУ  
ЦЦР Д/С №43 «Колокольчик»

От того, с каким настроением начинается день, зависит и то, каким он будет. Встретьте проснувшегося ребенка улыбкой, приласкайте его, вместе порадитесь заглянувшему в окно солнышку,



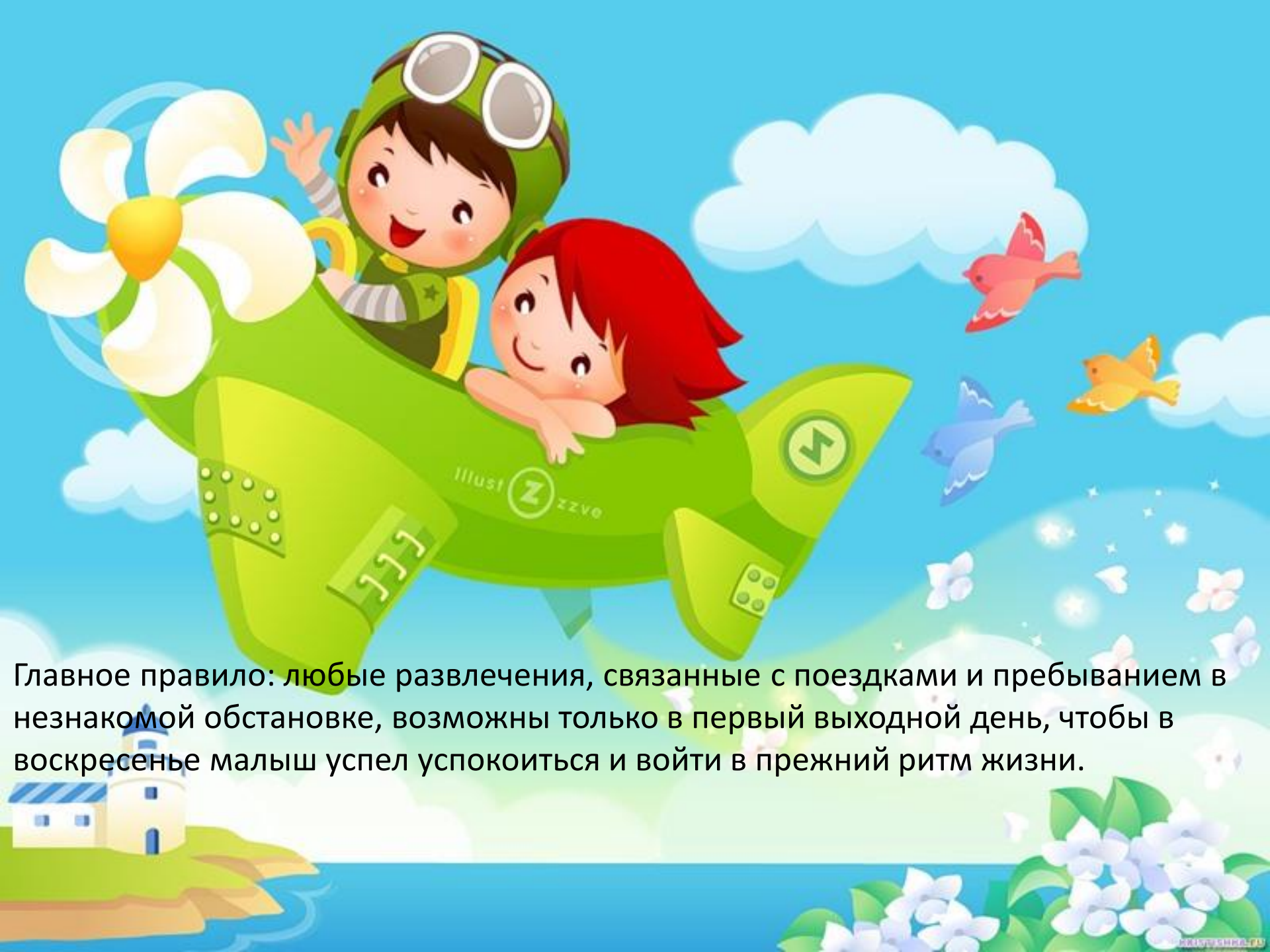
Соблюдение режима дня для детей раннего возраста необходимо. Все мероприятия следует планировать с учетом этого режима.

Поэтому, если обычно в детском саду ребенок гуляет после завтрака около двух часов, то и в выходной день это время он должен провести на свежем воздухе.



Сходите с ним в парк, прогуляйтесь по знакомым улицам, задержитесь на детской площадке во дворе.





Главное правило: любые развлечения, связанные с поездками и пребыванием в незнакомой обстановке, возможны только в первый выходной день, чтобы в воскресенье малыш успел успокоиться и войти в прежний ритм жизни.

Помните, что подобные мероприятия (поход в зоопарк, парк) стоит проводить в утреннее время, чтобы ребенок не был перевозбужденным к вечеру.



Во второй половине дня стоит отдать 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.



До 2-2,5 лет ребенку нельзя смотреть телевизор, от 2 до 3 лет (а лучше и позже) - не более 15 минут в день и только вместе с мамой. Она должна проговаривать вслух все, что видит на экране, и объяснять это ребенку.





День, наполненный событиями, утомляет малыша. Многие родители думают, что уставший ребенок быстрее засыпает. На самом деле переполненный впечатлениями малыш нервничает, плачет или без причины смеется и, даже зевая во весь рот, не может уснуть.

Внимание родителей, их ласка сделают общение родителей с ребенком настоящим праздником!!!

