

Консультация для родителей

Подготовила: инструктор по физкультуре Рудюк А.С.

Вот портфель, пальто и шляпа.

День у папы выходной.

Не ушел сегодня папа,

Значит будет он со мной.

Что мы нынче делать будем?

Это вместе мы обсудим...

Наши советы помогут папам забыть гараж и машину, футбол и приятелей, и придумать программу на выходной день, умную, оригинальную и к тому же не очень утомительную.

Итак, как же можно провести выходной папе вместе с ребенком?

Утро выходного дня

Папа и ребенок участвуют в приготовлении завтрака: папа готовит бутерброды, ребенок расставляет приборы, а затем вместе моют посуду.

День выходного дня

Далее стоит прогуляться, подышать свежим воздухом.

Если на улице снежная зима, можно совершить лыжную или санную экскурсию в лес, поиграть в снежки или построить снежную крепость. Кроме того, можно весело провести время на катке. Да и просто подвижные игры на улице только пойдут на пользу.

Летом также можно провести время в парке, в лесу, на речке. Совместите движения с познанием окружающего мира: понаблюдайте за птицами, насекомыми, рассмотрите деревья, цветы. Не тратьте время даром, соберите гербарий. Обязательно на прогулку возьмите фотоаппарат или видеокамеру, чтобы запечатлеть приятные моменты отдыха. Можно посетить аттракционы, дневной киносеанс, бассейн. Самым потрясающим событием может стать прогулка во двор вашего детства, со всеми его потайными местечками и пустырем, где вы гоняли в футбол. Когда ваш ребенок увидит и поймет, что вы тоже были маленьким, у него возникнет совершенно особое чувство близости к папе.

Прогулка по огромным современным магазинам только для взрослых наказание, дети чувствуют себя там, как Алиса в стране чудес. Попросите ребенка помочь с покупками, и он будет несказанно счастлив только от того, что вы в нем нуждаетесь.

Что делать, если из-за плохой погоды нельзя выйти на улицу? На помощь придут настольные игры или придуманные, например, «Поиск сокровищ». Купите в магазине пару шоколадок или небольших игрушек. На большом листе нарисуйте карту сокровищ, обозначьте место клада. Подберите задачки, стихи, вопросы, задания, которые необходимо будет выполнить. Вы увидите, что при решении подобных ребусов и при нахождении приза-сокровища, ребенок придет в восторг.

Камни преткновения:

Будьте осторожны при первом посещении театра или кино, ребенок может испугаться гаснущего света.

Не водите детей в магазины игрушек, там слишком много соблазнов.

Обедая не дома, выбирайте проверенные кафе быстрого обслуживания.

Вы можете брать ребенка с собой повсюду, но будьте готовы покинуть интересное место в тот самый момент, когда ребенок заявит, что устал.

Составляя программу на выходные, предложите ребенку на выбор два-три варианта, он может сам изумить Вас каким-нибудь гениальным предложением.

Воскресный обед

А дальше, несомненно, обед, ведь аппетит нагуляли, или, по крайней мере, наиграли.

Вечер выходного дня

Ничто так не способствует развитию детей как совместное творчество - создание чего-то нового, необычного и оригинального своими руками. Вот несколько подсказок, как без особых усилий на всю жизнь оставить в памяти ребенка незабываемые впечатления, а в душе – благодарность и теплые чувства к вам.

Слова – это самый простой «материал» для творчества. Назовите слово, а ребенок придумает новое слово на последний звук.

Сказки – отличный способ повеселиться с пользой. Совместно придумайте название сказки, сами выберите главного героя и начните сказку, передавая «эстафету» ребенку.

Кухня – идеальное пространство для творчества. Приготовьте тесто: 1 стакан муки, 0,5 стакана соли, 0,5 стакана воды, немного подсолнечного масла и материал для лепки готов. Любимое дело на кухне- придумывать новые рецепты салатов и делать их.

А какие живописные картины можно создать из разной крупы, наклеивая ее на лист бумаги, а потом раскрашивая гуашью.

В конце дня все вместе подведите итоги совместного отдыха, вместе посмотрите фотографии и видео.

Желаем Вам быть самым лучшим отцом в мире и всегда помнить:

**«Тот является отцом, кто воспитывает, а не тот, кто родит»
(Менандр)**