**Консультация для родителей**

**«Как провести выходной день с ребенком».**

 В современном мире ребенок чаще предназначен сам себе: в выходной день он сидит возле компьютера, либо смотрит телевизор, а родители заняты своими делами. Это сказывается не только на здоровье ребенка, но и на взаимоотношениях родителей и детей. Чем больше ребенок предназначен сам себе, тем меньше между ним и родителями дружбы и доверия. Ребенок должен чувствовать родительскую сопричастность его интересам. Так формируется доверие к миру, благодарность и огромная любовь к родителям.

 Как провести выходной день с ребенком? Этим вопросом задается каждый родитель, который хочет с пользой провести время со своей семьей. Совместное времяпрепровождение может быть разнообразным и интересным:

1. В каждом городе есть различные развлекательные центры, где можно отдохнуть с семьей и приобрести что-либо полезное;
2. Можно посетить музей (выбрать витрины по интересам ребенка и рассмотреть их –старинные костюмы, археологические находки, украшения…), выставку, кукольный театр, кино или зоопарк (при наличии), где ребенок может получить не только положительные эмоции, но и знания. После посещения культурных центров можно обсудить с ребенком то, что ему больше всего понравилось, побуждать его высказываться, думать, сопоставлять, анализировать, предложить передать увиденное, например, в рисунке (ведь в каждом из нас живет художник);
3. В прогулках на природе тоже можно совместить и приятное, и полезное. Прогуляться в роще, осенью отправиться за ягодами или грибами в лес, где можно подышать свежим воздухом, послушать щебетание птиц, понаблюдать за муравейником, собрать красивый букет из опавших листьев (принести их домой и составить гербарий);
4. Можно пойти на пикник или увлекательную рыбалку, где есть все условия для тренировки вашего ребенка в силе, ловкости, смелости. Может улова и не будет, но хорошее настроение от проведенного вместе времени обеспечено;
5. Возможно, некоторых привлечет спортивный отдых. Летом катание на велосипедах, бадминтон, футбол, а зимой посещение катка, катание на лыжах и санках не только укрепят здоровье, но и дружеские отношения в семье;
6. Заинтриговать ребенка игрой, при желании можно и поиграть. Вспомнить игры, в которые играли наши бабушки и дедушки – лапта, игра в бирюльки, жмурки…

Родители! Желаем Вам успехов!