**Маршрут выходного дня
для подготовительной группы №1.**

Данная консультация, предлагаемая вашему вниманию, поможет Вам сделать семейный, выходной день по настоящему захватывающим для ребенка. Особенно, если Вы не будете забывать смотреть вокруг глазами ребенка, разделять его радость и удивление.

Наступает выходной день. Куда пойти с ребенком? Этот вопрос часто ставит родителей в тупик. Может, в поход в парк? Разумеется, решающее слово остается за ребенком, это один из моментов, когда ребенок чувствует свою сопричастность взрослым в семье и растет спокойным, уверенным.

Начало дня: Начните день со «спортивного» завтрака, пусть дети помогут вам сервировать стол полезными продуктами, которые обеспечат всю семью энергией во время насыщенного приключениями дня: творог, йогурт, каши из цельных злаков, свежевыжатые соки (необязательно, чтобы это были апельсины, это могут быть яблочный или морковный сок).

Следующий шаг – отправляйтесь с детьми на природу (зимой – катания на санках, коньках или просто игры в снежки), В нашем районе можно посетить парк «Малиновка». Заранее разработав маршрут и нарисовав карту с указанием мест отдыха и конечной цели путешествия, можно превратить это

событие в интересное приключение.

Середина дня: Пополнение сил: неудивительно, что после столь насыщенной программы аппетит разыграется не на шутку. Можно посетить семейное кафе, но можно и устроить обед дома, приготовив его совместно, превратив занятие в увлекательную игру. Для того чтобы пополнить организм витаминами и микроэлементами, используйте больше овощей и фруктов. Раздайте роли: шеф-повара, поваренка и официанта, украсьте блюда фигурками и веселыми рожицами. Участие в приготовлении таких блюд порадует детей не меньше, чем сам обед и сплотит командный дух семьи.

Не будем забывать про одно из самых любимых занятий наших детей, просмотры мультфильмов, лучше это сделать всей семьёй в кинотеатр. После совместного просмотра обсудите увиденное и свои впечатления. Расскажите о своих чувствах-эмоциях, так вы поможете ребенку лучше понимать себя.

Оставшуюся часть дня, скорее всего, захочется провести в более спокойной обстановке. Например, приводя в порядок семейные фотографии или создавая альбом семейной хроники, иллюстрирующий приключения за день, используя рисунки, находки, принесенные с природы. Так же можно предложить детям собрать пазл.

 ( Фото для портфолио группы приветствуются!!!)

Воспитатели:

Егорова Я. Е.

Пацько Л. Г.