

Памятка для родителей:

«Чем занять ребёнка в выходные дни и в свободное время»

Дорогие родители!

Совместное времяпрепровождение с ребёнком — не просто отдых, а важная часть его развития. В выходные и свободные дни у вас есть прекрасная возможность укрепить эмоциональную связь, развить навыки и открыть новые интересы малыша. Предлагаем вам проверенные идеи для занятий с детьми дошкольного возраста.

Основные принципы организации досуга

1. **Учитывайте интересы ребёнка:** наблюдайте, что ему нравится, и опирайтесь на это.
2. **Чередуйте виды деятельности:** подвижные игры — спокойные занятия — творчество.
3. **Будьте вовлечены:** даже 30–60 минут полного внимания ценнее, чем целый день «полуприсутствия».
4. **Планируйте заранее:** подготовьте материалы и продумайте ход занятия.
5. **Завершайте игру вовремя:** не обрывайте процесс на середине, чтобы не расстраивать ребёнка.



Идеи для занятий

1. Домашние дела как игра

Превратите рутину в увлекательное приключение:

- «Помощники на кухне»: отмерять ингредиенты, накрывать на стол, лепить пирожки.
- «Сортировка сокровищ»: перебирать крупы, сортировать носки по цветам.
- «Уборка-квест»: найти все красные предметы в комнате, собрать игрушки за 5 минут.



2. Творчество и рукоделие

- Рисование и раскрашивание (карандаши, краски, фломастеры).
- Лепка из пластилина или солёного теста.
- Аппликации из бумаги, природных материалов.
- Оригами или простые поделки из бумаги.
- Создание коллажей из журналов.



3. Подвижные игры

- «Медвежата»: ползать на четвереньках до корзины и поднимать мяч над головой.
- «Пингвины»: прыгать с мячом между коленями.
- «Сбей кеглю»: катить мяч, стараясь сбить предмет.
- Танцевальные паузы под любимую музыку.
- Эстафеты с мягкими игрушками.



4. Познавательные игры

- «Разноцветное меню»: составить меню из продуктов одного цвета.
- «Маленький Шерлок Холмс»: запомнить 5–7 предметов, затем найти исчезнувший.
- Лабиринты: помочь персонажу дойти до цели.
- «Накрываем стол»: расставлять посуду по инструкции.
- «Повторить рисунок»: срисовать стол или стул по образцу.



5. Чтение и рассказывание

- Читать сказки по ролям.
- Придумывать истории вместе: каждый добавляет по одному предложению.
- Пересказывать любимые сказки.
- Загадывать и отгадывать загадки.



6. Настольные игры

- Ходилки с кубиками.
- Пазлы и мозаики.
- Игры на память и внимание.
- Простые логические игры (сортировка, сопоставление).



7. Время на природе

- Наблюдать за птицами, кормить их.
- Собирать листья, шишки, камешки для поделок.
- Рисовать мелками на асфальте.
- Играть в песочнице: строить замки, копать каналы.
- Гулять по парку, обсуждать увиденное.



8. Игры с руками и пальцами

- «Наши пальчики играли»: показывать животных пальцами.
- «Мы делили апельсин»: сжимать и разжимать кулаки.
- «В гости к пальчику большому»: соединять пальцы с большим.



Рекомендации по организации времени

- **Утро:** подвижные игры или прогулка.
- **День:** творчество или познавательные занятия.
- **Вечер:** чтение, спокойные игры, обсуждение дня.
- **Регулярность:** выделяйте хотя бы 30 минут ежедневно для совместного занятия.

Важные напоминания

- Не перегружайте ребёнка: учитывайте его настроение и усталость.
- Хвалите за усилия, а не только за результат.
- Будьте терпеливы: даже «неудачные» попытки — часть обучения.
- Используйте повседневные ситуации для развития (счёт ступенек, названия цветов, наблюдение за погодой).
- Сохраняйте позитивный настрой: ваше удовольствие от процесса передаётся ребёнку.

Помните: самое ценное в совместных занятиях — это ваше внимание и любовь. Даже небольшие моменты, проведённые вместе, остаются в памяти ребёнка на всю жизнь!

Список литературы

1. Веракса Н. Е., Веракса А. Н. Проектная деятельность дошкольников: пособие для педагогов дошкольных учреждений. — М.: Мозаика-Синтез, 2012. — 112 с.
2. Воловик А. Ф., Воловик В. А. Педагогика досуга: учебник. — М.: Флинта: Московский психолого-социальный институт, 2003. — 240 с.
3. Иванова Л. В. Семейный досуг и библиотека [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.uraledu.ru>.
4. Федеральный закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ, ст. 44.
5. Значение культурно-досуговой деятельности [Электронный ресурс]. — URL: <http://o-dosuge.ru>.
6. Садиулина Т. Ф. Как интересно провести выходные с ребёнком: консультация для родителей в ДОУ [Электронный ресурс].
7. Попова С. Н. Чем занять ребёнка в выходной день: консультация для родителей [Электронный ресурс].