

«КАК ПРОВЕСТИ С РЕБЁНКОМ ДОСУГ»

Папа и мама дарят ребенку прекрасные воспоминания детства, создают ощущения безопасности, когда они находят время, чтобы поиграть вместе с ребенком, хотя бы в течении двадцати минут в неделю.

Во время *«этого праздника души»* лучше не играть в конкурентные игры, чтобы не было победителей и проигравших, и позволить ребенку самому сделать выбор во что он хочет поиграть.

Когда вы усаживаете ребенка к себе на колени, читаете ему сказку и потом болтаете с ним обо всем, вы не просто стимулируете его воображение, но и способствуете его умственному и языковому развитию. Так же даете ему ощущение безопасности, помогаете ему формировать систему ценностей и развиваться в эмоциональном плане.

Дети развиваются в процессе игры, даже если они плещутся в воде или играют с пустыми пакетами на кухонном полу. Следите за тем, чтобы игра была для них интересна. Не навязывайте им не *«подходящие»* игрушки. И главное будьте внимательны к тому как они играют. Это означает, что вы должны слушать, смотреть, проявлять интерес и в общем уделять детям позитивное внимание, когда они этого не требуют. Можно присоединиться к игре, но откажитесь от соблазна помогать, организовать игру, предлагать ребенку, что он должен делать- просто тихонько наблюдать и время от времени говорить в слух, что вы видите перед собой. Периодически демонстрируйте ребенку свою любовь и привязанность.

Известно, что всем детям надо, чтобы их обнимали не менее четырех раз в день, в то время, когда для нормального развития им нужно шестнадцать объятий в день!

Когда вы прижимаете ребенка к себе, улыбаетесь ему, касаетесь его, вы как бы говорите: *«Ты хороший. Ты красивый. Ты любимый.»* Вы можете прижать ребенка к себе, когда читаете ему сказку, или лечь рядом с ним и позволить ребенку ползать по себе.

Активный досуг нужен и вам самим. Вы сможете дать ребенку больше, если вы сами занимаетесь спортом, выходите подышать свежим воздухом, расслабляетесь, развлекаетесь, смеетесь и занимаетесь любимым делом. Кроме того, надо проводить время со своими взрослыми друзьями.

Помните, что дети многое узнают о любви и жизни на примере отношений взрослых между собой!