**Совместные зимние каникулы с пользой для себя и своих любимых детей**

 **Первый учебный семестр - закончился. Впереди - долгожданные зимние каникулы. О том, как правильно организовать своему ребенку отдых, расскажет педагог-психолог ГБПОУ ПО «Кузнецкого многопрофильного колледжа».**

**Мамы любят спорить о детском свободном времени. Одни говорят о том, что лучшее занятие для ребенка - «ничегонеделание». Другие настаивают на определенной нагрузке. Подросток непременно должен читать, учить английский и т. д.**

**Для чего же все-таки организовываются каникулы?! Безусловно, для того ребенок отдохнул. А отдохнув и набравшись сил, мог снова приступить к учебе. Единственное, на что стоит обратить внимание -  две недели дома у компьютера или телевизора отдыхом не является!**

**Несколько советов, как провести каникулы с пользой и интересом:**

1. **Лыжи, коньки, сноуборды. Зимой есть прекрасная возможность позаниматься спортом на снегу.  Польза для здоровья гарантирована!**
2. **Сходите на традиционные зимние народные гуляния или театрализованное представление  всей семьей.**
3. **Выходите на улицу и лепите снежные фигуры. Подойдите к вопросу творчески, не ограничивайтесь снеговиком. В конце прогулке устройте бой снежками.**
4. **Если с погодой не повезло, бой снежками проведите дома. Вам понадобятся листы бумаги, которые нужно скомкать. Чем больше снежков, тем веселее.**
5. **Вместе  с подростком сделайте кормушку для птиц. Это напомнит вашему ребенку о посильной помощи окружающим и навеет приятными воспоминаниями из детства.**
6. **Купите настольную игру, например: «Дженга», «Имаджинариум», «Эйкивоки», наборы творчества или научных опытов и поиграйте со своими ребенком.  Это отличная возможность сплотить семью и изучить что-то новое.**
7. **Перед Новогодними и Рождественскими торжествами изготовьте украшения для дома.  Вещи, сделанные своими руками, придают особую атмосферу празднику.**
8. **Вместе смотрите новогодние фильмы,  обсуждайте их после просмотра.**
9. **Устройте чаепитие для друзей вашего ребенка. Заранее придумайте и подготовьте программу, конкурсы, призы.**

**Главное помнить, что во всем хороша мера. Не переусердствуйте в желании организовать незабываемый отдых для подростка. Больше всего ребенку любого возраста запомнятся многочисленные подарки и время, проведенное с родителями.**

**Счастливого Нового года и Рождества Христова!**