**Консультация для родителей**

**«5 способов провести весело время с ребенком»**

Каждая мама, так или иначе, задается вопросом: достаточно ли времени я провожу с ребенком? Не обделяю ли его вниманием? Не мало ли игрушек покупаю? Как бы сделать время, которое мы проводим вместе более «качественным» и «полезным»?

Впереди два прекрасных осенних выходных дня! Как здорово, что это время можно провести с ребенком. Мы хотим предложить вам 5 доступных, увлекательных и запоминающихся совместных проектов.

Вот это будет приключение! Такие выходные обязательно запомнятся и вам, и вашему малышу.

 

**Путешествие во времени**

 Помните фотографию, где вы 3-х лет отроду строите куличик из песка? А то видео с выпускного? Достаньте семейный фото или видео архив и покажите ребенку. Конечно, возникнут вопросы: «А какой я был, когда родился? А кто эта девочка? Моя тётя? Не может быть!». Проведите часик-другой за реконструкцией семейного дерева. Это не только укрепит вашу с ребенком связь, но и поможет выстроить схему уз между поколениями.

**Прорастите боб**

Бобы, фасольки и горошины прорастают очень быстро: росток появляется буквально за пару дней, а за ним и первые два листочка. Возьмите боб покрупнее, положите на смоченное водой бумажное полотенце, прикройте сверху еще одним и оставьте в теплом месте. Следите, чтобы боб оставался всегда влажным, но не заплесневел. Наблюдайте за процессом: вот фасолька увеличилась в размерах, вот набухла и прорвалась кожица… Процесс очень увлекательный, хоть и не самый быстрый.



**Монохромная еда**

Многих детей приводит в восторг необычная еда. Особенной пища может быть не только по своему составу, но, например, по оригинальной подаче. Усилит эффект и яркое оформление стола. Добавьте красок в еду, приготовив:

«Желтый» завтрак: омлет, кукуруза, манго, сыр, перец, помидоры;

«Зеленый» обед: суп из зеленого горошка, брокколи, шпинат, зеленые макароны с песто и петрушкой, огурчики;

«Красный» ужин: смузи из клубники, арбуз, йогурт с вишней, клюква и брусника.

 

**Супер-находки**

 Отправляясь на прогулку захватите бумажный пакет для находок. Собирайте вместе с ребенком все, что понравится: камни, палочки, перья, шишки, листья. Дома рассортируйте сокровища и займитесь творчеством: сделайте аппликацию, раскрасьте камни, соорудите скульптуру, скрепляя конструкцию пластилином.

**Bon appétit!**

 Позвольте ребенку стать су-шефом на кухне. Приготовьте что-нибудь вкусненькое: маффины, пиццу, сандвичи, желе, блины, гренки. Доверьте малышу самое интересное — перемешивать, всыпать, украшать. После готовки, обязательно вместе продегустируйте приготовленное великолепие!

**Во имя сна**

Согласитесь, бывают дни, когда вы просто валитесь с ног от усталости. Как было бы здорово, если бы кто-то расчесал вам волосы, уложил в кроватку, укрыл мягким одеялом, пожелал «спокойной ночи» и погасил свет. Это ваш шанс! Спросите у ребенка, не хочет ли он на вечер стать вашей «няней». Пускай проследит, почистили ли вы зубы на ночь, выберет вам пижаму, уложит, укроет и расскажет сказку на ночь. Конечно, в таком случае о самом малыше придется позаботиться вашему супругу, но…вы же сможете вернуть должок!

**Отправляемся в поход!**

 Не далеко, лагерь разобьем прямо в комнате. Поставим палатку, вытащим спальники, расстелем коврики, зажжем свечи (пусть и электрические), заварим в термос вкусный-вкусный чай с шиповником. Чем не поход? Даже такая трансформация привычной гостиной в полянку для кемпинга станет удивительным приключением, которое запомнится надолго.

 

**Выбор за ребенком**

 Предоставьте право выбора ребенку: куда пойти гулять, чем перекусить, какой мультик посмотреть, в какую настольную игру поиграть. Умение делать выбор — отличное качество, которому полезно научиться в детстве. В будущем это обеспечит малышу преимущество среди сверстников.

**На поиски сокровищ!**

 Охоту на сокровища можно устроить дома или на улице! Правда, придется немного подготовиться. Организуйте схему, по которой ребенок будет искать ценный приз, – напишите или нарисуйте подсказки, первую из них отдайте ребенку. На бумажке оставьте послание, например: «Следующую подсказку ты найдешь в синем ботинке». Вы тут же заметите, как зажгутся глаза у юного кладоискателя и с каким рвением будут найдены все синие ботинки в доме! От подсказки к подсказке ребенок доберется до главного приза.



**Купаемся в розовом**

Или в зеленом, а может в голубом. Пара капель пищевого красителя наполнит воду в ванной цветом. Добавьте морскую соль, и купание станет не только увлекательным, но еще и очень полезным. Такая ванна поддержит иммунитет и поможет организму бороться с вирусами, столь вездесущими осенью.

Еще забава — смешайте на глазах у ребенка несколько капель красной и синей краски и получите…фиолетовый! Это для нас, взрослых, процесс смешивания красок кажется естественным и само собой разумеющимся, а в мире малыша вы надолго прослывете магом и волшебником.

Даже выполнив лишь половину из перечисленных пунктов, вы отлично проведете выходные и получите удовольствие. Оставшиеся пункты пригодятся в следующий раз.

**И больше не корите себя за то, что мало времени проводите с ребенком. Главное не сколько, а как. Будьте уверены, вы — хорошие, любящие и внимательные родители, у которых растут лучшие дети!**