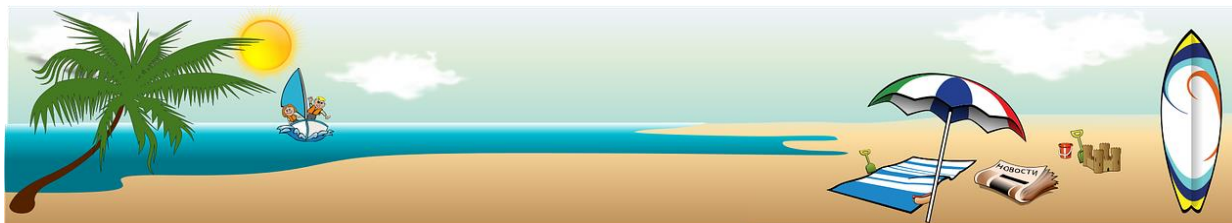


Каникулы для всей семьи



Наконец-то наступает долгожданное время летних каникул, когда вся семья может расслабиться и отдохнуть. Это время новых впечатлений и незабываемых моментов, а также прекрасная возможность укрепить взаимоотношения между членами семьи. А для того, чтобы семейный отдых был действительно полноценным, нужно учесть некоторые аспекты, которые помогут избежать таких ситуаций, при которых усталость после отпуска, напротив, даже увеличилась.

Семейный отпуск - время для общения и приключений!



Семейный отпуск - это замечательный повод отбросить повседневную рутину и отправиться в путешествие за новыми приключениями и опытом. Будь-то отдых на пляже, на фермерском подворье, в кемпинге, или посещение других городов, - совместное времяпрепровождение остается в памяти, является важным компонентом семейной жизни и способствует личностному развитию каждого члена семьи. К тому же, совместное преодоление неизбежно возникающих сложностей, помогает лучше понять друг друга и сблизиться.

В этой связи возникает вопрос: „А возможно ли вообще угодить и исполнить желания каждого члена семьи, оставаясь при этом в рамках семейного бюджета?“ Ответ прост: невозможно обойтись без компромиссов! Тщательное планирование облегчит эту задачу. Вовлечение каждого члена семьи в процесс обсуждения, позволит высказать свои пожелания, сделать предложения и получить от отпуска максимальное удовольствие. Чтобы впоследствии избежать ненужных обид и стрессовых ситуаций, важен открытый диалог и обмен мнениями на основе уважения друг к другу.

Безусловно, хочется провести каникулы в полной гармонии. В реальности же отдых сопровождается иногда малоприятными происшествиями, а иногда и забавными историями. Вместо того, чтобы огорчаться или злиться из-за происходящего, лучше расценивать эти приключения, как бесценные семейные воспоминания. Отличной идеей может быть совместное рассматривание фотографий прежних отпусков. Они подтверждают мысль - что незабываемый отпуск оставляет след в душе и является основой самых захватывающих историй. Кроме того, этот опыт помогает при планировании в будущем избежать подобных неурядиц и позволяет действовать спонтанно, а не разрабатывать скрупулёзный план, учитывая все мелочи. Ведь именно такие непредвиденные моменты остаются в памяти, обогащая наш отпуск приключениями и делая его неповторимым.

Однако, для того, чтобы в полной мере насладиться отдыхом, необязательно пускаться в далёкое, иногда довольно обременительное, путешествие. Каникулы дома - это возможность попробовать что-то новое: пусть это будут прогулки по ближайшим окрестностям, пикник в парке, посещение или участие в различных культурных и спортивных мероприятиях. К тому же, это свободное время можно посвятить своим интересам и хобби: рисованию, чтению, спорту или музыке.

Летние каникулы - это ещё и прекрасная возможность, расширить свои познания и продолжить учёбу вне школы.

Ниже приведены несколько рекомендаций родителям, как в игровой форме можно развивать своих детей:

1. Книги и истории

Чтение не только способствует развитию речи, но и открывает новые миры. Читайте вместе с детьми увлекательные книги и рассказывайте истории, чтобы у детей развивалась фантазия. www.lesenmit.app.

2. Знакомство с природой

Используйте время на природе, чтобы узнать побольше о растениях, животных и разных особенностях окружающей среды. Поход может превратиться в познавательное приключение.

3. Готовка с детьми

Вместе приготовить обед или испечь десерт - это не только знакомство детей с полезными навыками, но и возможность играючи развить их математическое мышление.

4. Творческие проекты

Рисовать, мастерить или заниматься музыкой раскрывает творческий потенциал ребенка и обогащает его внутренний мир. Идеи для творчества Вы можете найти на детской странице: www.labbe.de, www.meine-forscherwelt.de.

5. Обучающие игры и приложения

Существует множество полезных приложений и игр, которые способствуют обучению и приобретению новых навыков. К примеру, для подростков рекомендуемые сайты для программирования и создания своих клипов www.wdrmaus.de и medienbox-nrw.de.

6. Экскурсии, поездки, походы в музеи и посещение историко-культурных и научных центров

помогают развитию всесторонних интересов.

Все мечты и ожидания от отпуска, к сожалению, не могут быть воплощены. Важно оставаться реалистами и объяснить детям, что не каждый день может быть наполнен удивительными приключениями. Каникулы не должны предполагать чрезмерную активность и жесткий график. Невозможно все распланировать поминутно. У детей должна быть возможность провести какое-то время с друзьями или по своему усмотрению. Фазы расслабления и «ничего неделания» не менее важны, чем знакомство с новыми местами или участие в мероприятиях.



Несмотря на всю важность проведения отпуска всей семьей, родителям рекомендуется также запланировать свободное время только для себя. Отдых без детей очень необходим родителям, чтоб запастись новой энергией. Это абсолютно оправдано, если родители берут время от времени "тайм аут" только для себя или для отдыха вдвоём.

На каникулах важна гибкость, но в тоже время необходима определенная структура дня. Составьте вместе с детьми план каникул. В него следует включить не только основные мероприятия, но и оставлять достаточно свободного времени для спонтанных идей. Такой подход позволит детям проанализировать свои ожидания и с нетерпением ждать предстоящих событий.

Наш Консультационный центр для родителей, детей и молодёжи желает Вам чудесного отдыха и незабываемых каникул!



Галина Иваницкая