

JAK SPĘDZIĆ ŚWIĘTA

BEZ URZĄDZEŃ EKRAŃOWYCH?

Sposoby na wspólne przygotowania do świąt Bożego Narodzenia

1 Napiszcie wspólnie list do Świętego Mikołaja

Pomoże to ukierunkować dziecięce pragnienia i dostosować do możliwości finansowych, jakimi rodzic dysponuje. Aby dziecku pomóc można podawać mu propozycje (może chciałbyś misia?) i stawiać przed nim konkretny wybór, na przykład „czy wolisz misia białego czy brązowego?”. Daje to dziecku poczucie decyzyjności, a rodzic kontroluje czym owy obiekt jest i czy jest w stanie go dziecku zapewnić.



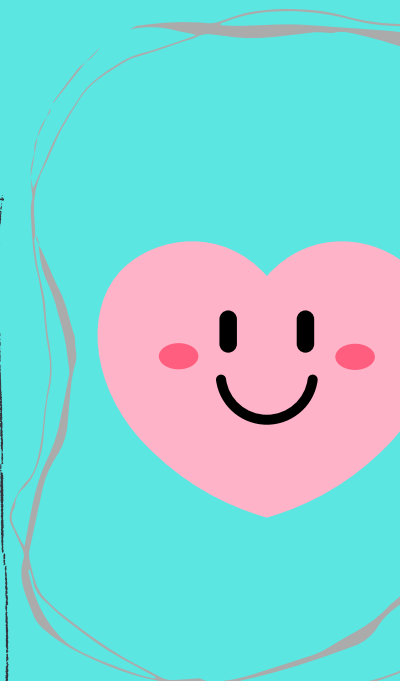
2 Wyjaśnij tradycje

Opowiedz dziecku dlaczego w czasie świąt wykonujemy cały szereg czynności, których nie wykonujemy nigdy wcześniej ani nigdy później. Skąd właściwie wziął się zwyczaj przystrajania choinki i co ona symbolizuje? Dlaczego czekamy na pierwszą gwiazdkę, by móc rozpocząć wieczerzę? Dlaczego wkładamy sianko pod obrus?



3 Mów o emocjach, wyjaśnij co czujesz

Dzieci w większym stopniu kierują się **emocjami i intuicją**, niż myśleniem logicznym. Niepokój, napięcie, irytacja czy złość występujące u dorosłego są dla niego niezrozumiałe. Dziecko czuje, iż coś złego się dzieje, nie rozumie jednak co i dlaczego. Nie potrafi także przetworzyć silnych i negatywnych emocji. Dzieci starsze, wchodzące w wiek dojrzewania bądź już będące nastolatkami mogą również odczuwać dyskomfort i być podatne na negatywne emocje.



Nie zapominajmy również o tym, iż dzieci **uczą się poprzez naśladownictwo**. Obserwują nas, dorosłych i **uczą się sposobów reagowania**. Jeśli na nieudane ciasto lub zbitą bombkę zareagujesz złością lub rozpaczą, twoje dziecko w dorosłości również zareaguje na nieudane ciasto lub zbitą bombkę (bądź inne drobne niepowodzenie) złością lub rozpaczą.

Rozumiejąc jak bardzo jako rodzice wpływamy na dzieci oraz jak tworzymy ich rzeczywistość powinniśmy starać się, aby **święteczna atmosfera nie kojarzyła się z nerwowością i pracą**, a z **odprężeniem i relaksem**, jakiego sami przecież pragniemy w ciągu całego mijającego roku.

JAK SPĘDZIĆ
ŚWIĘTA

BEZ URZĄDZEŃ
EKRANOWYCH?

Sposoby na wspólne
przygotowania
do świąt
Bożego Narodzenia

4

Zabawy na
śniegu...

Co jeśli zabawy na śniegu nie są możliwe, z powodu... braku śniegu? **Podarowanie prezentów można powiązać z zabawą.** Zabawa w ciepło-zimno rozbudzi ciekawość oraz przyczyni się do **wzmocnienia radości** z odnalezionego już prezentu. Warto również zaopatrzyć się w szereg gier. Aktualny zestaw gier daje możliwość dostosowania ich rodzaju do wieku dziecka. Można zatem wybrać takie, które będą odpowiednie dla dzieci młodszych, jak również takie, które będą atrakcyjne dla nastolatka. Również tutaj należy dodać, iż gry pomagają rozwijać **kompetencje poznawcze, myśleć w sposób analityczny, alternatywny, rozwijają kreatywność oraz umiejętność rozwiązywania problemów.** Stymulują również **rozwój społeczny, uczą odnoszenia wygranej oraz porażek, radzenia sobie z przegraną.** Gry związane z budowaniem konstrukcji pomagają doskonalic **myślenie przestrzenne oraz koordynację oko-ręka.**

Podsumowanie

Święta to **nie tylko** kilka dni występujących końcem grudnia. **Ozdabianie domu** bądź przygotowywanie **kartek świątecznych** na długo przed świętami również jest wspaniałą okazją do wspólnego kontemplowania tego czasu, wzmagając radosne oczekiwanie. Wykonywanie świątecznych ozdób także **wspiera rozwój dziecka, gdyż stymuluje motorykę małą** (sprawność dłoni i palców, precyzję ruchów).

