

## **Drodzy Rodzice i Drodzy Uczniowie :)**

Z okazji trwających ferii, odpoczynku od obowiązków szkolnych chcielibyśmy zachęcić Państwa do aktywnego spędzenia czasu z dziećmi :)

Ferie z dziećmi, to czas który powinien sprzyjać głównie wypoczynkowi. Po powrocie do szkoły uczniowie pełni energii oraz zapału do pracy lepiej i chętniej będą angażować się w obowiązki szkolne. Nie oznacza to jednak, że trzeba ten czas przeznaczyć wyłącznie na gry komputerowe oraz oglądanie bajek czy seriali. **Ponieważ, ferie to dobry czas, by w końcu być razem. To także czas na zdobywanie nowych doświadczeń. To czas na zmianę środowiska** Warto poświęcić ten czas na bycie razem, na tyle ile się da... bez żadnych rozpraszaczy takich jak dzwoniący „ważny” telefon. Jeśli zaczniemy znajdować czas dla swojego dziecka dopiero, gdy wchodzi w wiek licealny, nie dziwny się, jeśli nam powie „teraz to ja już nie chcę” - Maciej Frasunkiewicz, psycholog z Uniwersytetu SWPS.

Dlatego też zachęcamy, aby wspólny czas był poświęcony na słuchanie siebie nawzajem. Ważnym jest, aby dziecko poczuło, że jego sprawy również są dla Rodzica ważne :) Bawienie się z dzieckiem czy granie w gry planszowe z nastolatkiem tworzy piękne wspomnienia, ale także poparwia nastrój, zaciśnia więź pomiędzy Rodzicem a dzieckiem :)Czas bez nauki jest dobry na rozwijanie w dziecku umiejętności dbania o jego potrzeby. Uczenie go właściwego spędzania czasu - kreatywne konstrukcje z klocków, prace plastyczne wg ich pomysłu, ale również spotkania z rówieśnikami czy wspólne gotowanie, wykonywanie wspólnie drobnych czynności domowych :)

Pamiętajmy, że dzieci odpoczywają od szkoły i szkolnych obowiązków, a nie od Rodziców. Nie mając lekcji, domowych zadań możemy ten czas spędzić razem, zyskujemy kilka chwil, które mogą okazać się pięknym rodzinnym czasem, a kiedyś cudownym wspomnieniem.

Życzymy udanego i pięknego wspólnie spędzonego czasu.

Monika Głuśniewska - psycholog  
i Sylwia Surówka- pedagog specjalny

