

Консультация для родителей

«Семейный досуг».

Совместное проведение досуга очень важный момент в жизни семьи. Его цель не только укрепление семейных отношений, но и формирование семейных ценностей, создание общих приятных воспоминаний. Принятие, понимание между взрослыми и детьми начинается именно тогда, когда все вместе проводят время. Не рядом в одной комнате, а в совместной деятельности.

Содержание семейного досуга определяется интересами каждого члена семьи. Совместное времяпрепровождение должно доставлять удовольствие каждому члену семьи. Только при таком условии оно будет оказывать развивающее воздействие на детей и взрослых, повышать культурный уровень семьи.

Ни один современный гаджет не сможет заменить ребенку собственных, прожитых в реальной жизни впечатлений, собственной живой мысли и собственного действия. Ребенок рождается с жадной познания и потребностью общения, совместный досуг с родителями — это тот источник, который способен удовлетворить и первое, и второе.

Правила семейного досуга:

- Родителям и детям должно быть одинаково интересно вместе.
- Досуг должен быть полезен всей семье.
- Досуг должен способствовать отвлечению от проблем и получению позитивных эмоций.

Задача родителей – научить своих детей отдыхать с пользой для здоровья (физического и ментального). Культура организации досуга, безусловно зависит от взрослых.

Как спланировать семейный досуг:

- предупредить всех членов семьи о планировании совместного досуга;
- выяснить у членов семьи чем бы они хотели заняться в ближайшие выходные, если желания не совпали-найти компромиссный вариант;
- составить план, учитывая интересы и особенности каждого члена семьи; вариантов должно быть несколько, например, требующие финансовых затрат и не требующие; досуг на улице и дома, если погода испортится;
- необходима подготовка! Часы работы кинотеатра или библиотеки, стоимость билетов, наличие и бронирование мест, подготовка инвентаря (от лыж до пластилина и цветной бумаги). В подготовке также участвуют все члены семьи. Отдых на природе. Значит мама, например, готовит одежду и провиант, папа- аптечку с первой помощью и атрибуты для разведения костра, дети- игры для активного отдыха;
- необходимо учитывать, что смена деятельности-лучший вид отдыха. И если у папы физический труд, то ему не доставит удовольствие длительный поход. В этом случае необходимо дать возможность ему отдохнуть, а позже совершить менее длительную прогулку или поиграть вместе в интересную настольную игру.

Со временем планирование досуга может стать прекрасной традицией, укрепляющей семью.

Примеры семейного досуга:

- катание на самокатах, роликах, велосипедах;
- длительные пешие прогулки и подвижные игры на детской площадке;
- пикник на свежем воздухе;
- поход в библиотеку, кинотеатр, музей, театр;
- занятия спортом в летний оздоровительный период (площадки с тренажерами, бег, плавание);

-фантазийная семейная фотосессия дома или на улице (не обязательно с профессиональным фотографом, фотографировать могут как родители, так и дети), с последующим оформлением фотоальбома;

-совместное приготовление пищи (это может быть новое блюдо или семейный рецепт, выбор и покупка продуктов тоже совместная деятельность);

-генеральная уборка квартиры (все принимают участие, помогают друг другу если справились со своей задачей, важно уборку закончить вместе каким-то действием, например, чаепитие в чистой кухне, просмотр семейного фильма и т.д.);

- поездка в лес;

-поездка в гости всей семьей;

-настольные игры, совместное творчество;

-совместный просмотр старых семейных фотоальбомов;

-совместное чтение книг.

Семейный праздник-тоже вариант совместного досуга. Это необязательно день рождения одного из членов семьи или общие праздники нашей страны. Например, праздник божьих коровок. Праздник велосипеда, яркого солнца, мыльных пузырей и т.д. В подготовке к празднику участвуют все члены семьи и детей привлечь необходимо на всех этапах. В наше время дети все чаще выступают в роли потребителей, организация небольшого праздника из подручных средств поможет научиться ценить совместно проведенное время, внимание и заботу других, находить радость в малом, делиться положительными эмоциями и любить свою семью.