

Консультация для родителей:

«Семейный досуг»



Досуг – это наше свободное время, не занятое делами, связанными с рабочими обязанностями.

Семейный досуг – время, проведенное вместе за приятными занятиями – совместной прогулкой, настольными играми, беседами и т.д. Хорошее проведение досуга – очень важный момент в жизни семьи, который укрепляет отношения, указывает на семейные ценности и создает общие приятные воспоминания. Правильно организованный

семейный досуг, выполняет восстановительную функцию семьи, т. е. имеет своей целью восстановление и поддержание здоровья его членов, удовлетворение различных духовных потребностей.

Правила семейного досуга:

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

Примеры семейного досуга:

- совместные спортивные занятия (тренажеры, бокс, плавание в бассейне, бег, лыжи, командные виды спорта и т.д.);
- настольные игры (монополия, эрудит, мафия, шахматы, лото, шашки, нарды, домино, скрэббл);
- совместное рукоделие (изготовление собственного кукольного театра, сочинение сценария для сказки, создание города из конструктора, сборка моделей транспорта и т.д.);
- собирание больших пазлов или мозаики;
- поход в кинотеатр/театр;
- посещение популярного фестиваля;
- посещение концерта;
- посещение аттракционов;
- посещение зоопарка;
- посещение аквапарка;
- посещение планетария;
- пикник на свежем воздухе;

- ★ - поездка в лес или ближайший город;
- ★ - совместный просмотр старых фотографий;
- ★ - просмотр семейного фильма;
- ★ - поездка в гости всей семьей;
- ★ - генеральная уборка квартиры или уборка территории вокруг дома;
- ★ - благотворительность (собрать и отвезти хорошие, но ненужные вещи нуждающимся);
- ★ - написать письма и подписать открытки родным и близким, а затем отправить их по почте;
- ★ - фантазийная семейная фотосессия (дома или в фотостудии);
- ★ - мастер-класс (в интернете или вживую);
- ★ - семейные встречи (собрать у себя родственников, накрыть на стол, придумать развлечения);
- ★ - катание на велосипедах, роликах, самокатах;
- ★ - игры («Фанты», «Крокодил», «Веселая чепуха» и т.д.);
- ★ - совместные покупки в торговом центре (важно порадовать каждого члена семьи, сумма покупки каждого должна быть примерно одинаковой и заранее оговорена);
- ★ - совместное приготовление сложного, интересного блюда (выбор и покупку продуктов для блюда также можно включить в этот пункт);
- ★ - поход в библиотеку (где каждый, не торопясь, выбирает себе чтение по интересам, например, на неделю и возвращает книги, которые брали на предыдущей);
- ★ - тематический ужин или тематическая вечеринка с детьми.

Подготовила: воспитатель Шкиря Я. В.

