

Консультация для родителей

«Как с пользой провести время с семьей»

Выходные – это отличное время для того, чтобы отправиться за активными развлечениями.

Культура семейного досуга, несомненно, зависит от культуры **родителей**, от того, как и чем они сами заполняют свое свободное **время**. Если досуг в **семье** **проводится примитивно**, это сказывается и на ребенке. Отсюда и важнейшая **родительская** задача – учить детей отдыхать с **пользой для здоровья**. Если у **родителей** есть какие-либо увлечения, дети охотно их разделяют.

Предложим несколько видов совместного отдыха **родителей и детей**:

- Совместная спортивная деятельность

Самый доступный вид отдыха – это пешие прогулки. Свежий воздух очень полезен детскому организму, к тому же ребенку, непривыкшему к активному спорту, прогулка в ближайшем парке не покажется чересчур утомительной. Мотивировать малыша на прогулку можно любым способом: рассказать о том, какие красивые утки водятся в парковом пруду и предложить ребенку их покормить; пообещать показать дерево с замысловатой формой ствола или позвать его собрать листья и цветы для гербария.

Веселым и активным развлечением в любое **время** года станет сезонный спорт. Летом всей **семьей** отправляйтесь кататься на велосипедах или роликах, а зимой – на лыжах, коньках или санках. Если вы сами не умеете кататься – самое **время научиться этому вместе со своим ребенком**: ему совместный процесс обучения доставит немало веселых минут.

Посетите всей **семьей** парк аттракционов или аквапарк, попрыгайте на батуте или покатайтесь на лошадях. Ребенку не так интересно делать это в одиночку, а когда **родители вовлечены в процесс**, его будут искренне забавлять крики мамы, катающейся на аттракционе или вид папы, который не знает, с какой стороны подступить к лошади.

- Совместная творческая деятельность

Например, создание фигурок из бумаги. Это не только развивает мелкую моторику пальцев, но и безумно затягивает, у особо увлекающихся личностей получаются настоящие шедевры! У процесса изготовления оригами есть приятный побочный эффект: он затягивает не хуже вышивания или собирания пазлов.

Вы никогда не делали домашнее мыло? Или настоящие свечи из натурального воска? А почему бы не научиться этому? Силиконовые формочки продаются в любом магазине. А готовые шедевры можно будет не

только **использовать по назначению дома**, - красиво упакованные, они будут прекрасными подарками.

Лепка из соленого теста - не менее популярное занятие. Развивать мелкую моторику пальцев рук лучше до трёхлетнего возраста. Занимательным и полезным занятием может стать, к примеру, лепка пельменей.

Создание родословной - увлекательнейшее занятие. К нему можно привлечь не только бабушек с дедушками, но и более дальних родственников, - заодно укрепите отношения и внушите детям, как это важно - знать свои корни. Поищите информацию в архивах и библиотеках, - возможно, вы сможете восстановить давно утерянные семейные связи. Оформите найденное в виде настоящего Древа, сделанного своими руками. К примеру, ствол и ветви будут скручены из серебристой **проволоки**, а листья с именами сделаны из фольги. И заведите традицию, - ежегодно, в Международный день **семьи** (отмечается он 15 мая), встречайтесь все вместе.

Скрапбукинг сейчас очень популярен. Оформление семейной истории в виде фотографий, стенгазет и вырезок, собранных в фотоальбомы, пришло к нам с Запада. И прижилось! Можно создать свою личную историю. Архив, начало которому положите вы, продолжат внуки и правнуки, а особо яркие моменты оттуда будут переживаться заново по мере его просмотра.

- Совместные подвижные и сюжетно-ролевые игры.

Игры – прекрасный источник информации о личности ребенка. В игре можно увидеть, насколько последовательно ребенок идет к цели, боится или не боится трудностей, может ли справиться с постигшей его неудачей. Совместная деятельность **родителей** и детей может осуществляться с помощью игры-труда, подвижных игр-соревнований, игр-театрализаций (*разыгрывание литературных сюжетов*). Главная задача взрослых в этой игре – поддерживать оригинальность детей, **вовремя** похвалить за что-то интересное.

Совместный отдых **семьи** – это удивительная возможность всей **семьи побыть вместе**, узнать друг друга лучше и сблизиться. Семейный отдых – шанс для **родителей** лучше понять собственного ребенка, увидеть и услышать, чем он живет. Совместный отдых способствует укреплению дружбы, доверия между **родителями и детьми**. Если **проводить свободное время неординарно**, то яркие впечатления обеспечены всей **семье**. Совместный отдых играет важную роль в воспитании детей. Счастливые воспоминания из детства сохраняются на всю жизнь. Так зарождаются семейные традиции, которые передаются из поколения в поколение и формируются семейные ценности.