

## ТАК ЛИ СИЛЬНО НУЖЕН ДЕТЯМ СЕМЕЙНЫЙ ДОСУГ?



Совместный досуг в семье считается одним из важных аспектов здоровых и счастливых отношений.

Досуг - это совместное времяпровождение с целью веселья. Вопреки распространенному мнению, для этого необязательно отправляться в торговый центр или на базу отдыха. Дети разных возрастов всегда рады провести время с родителями. Только иногда взрослые отказываются от этого, мотивируя свое решение разными причинами.

Например, нет времени или денег, усталость. Но семейный досуг - это важная составляющая гармоничных отношений. Поэтому его нельзя исключать.

## **Зачем нужен семейный досуг?**

Эмоциональные связи самые крепкие. Наверное, многие родители могут вспомнить, как ходили маленькими в парк отдыха и ели мороженое. Эти счастливые воспоминания потом поддерживают в трудные минуты. Поэтому нельзя пренебрегать организацией семейного досуга. Однако нельзя просто взять и пойти куда-то. Нужно учитывать интересы каждого члена семьи. Поэтому его нужно планировать заранее.

Цель совместного досуга - укрепление отношений. Еще один повод собраться вместе - отдых. Не забывайте о том, что можно сделать множество снимков и видеороликов. В дальнейшем их приятно просматривать. Если семейный досуг в новинку, то стоит его хорошо продумывать. По началу может что-то выходить не так - это нормально. Со временем организация мероприятия станет хорошей.

### **Основные правила семейного досуга:**

- встречи только для положительных эмоций;
- родителям и детям должно быть интересно;
- встречи полезны для всех.

Сложнее всего выбрать занятия, которые будут интересны всем. Если в семье есть дети школьного возраста, то можно ввести правило: раз в неделю один член семьи решает, чем именно они займутся.

### **Идеи для семейного досуга**

Основная задача - сделать встречи желанными и ожидаемыми. Поэтому важно привить дошкольнику положительные эмоции. Например, даже прогулка по торговому центру может стать веселой. Для этого выбирается сумма и каждый член семьи ищет вещь, которая порадует другого. Дошкольник остается с мамой или папой - он тоже участвует в выборе.

Можно посещать музеи, тем более, многие готовы предложить экскурсии для детей и квесты для семей. Об этом можно узнать в музее заранее. Еще учитывайте, что выставки бывают постоянными и временными. Во втором случае можно найти нечто интересное.

Еще можно просто гулять по паркам. Например, возьмите велосипеды и покатайтесь всей семье. Либо арендуйте катамаран и прокатитесь по водным каналам. Некоторые базы отдыха готовы предложить оригинальные развлечения, например, катание в санях или на собачьих упряжках.

Устраивайте пикники, концерты, литературные вечера - дошкольников тоже можно привлечь к организации. Например, не ждите утренников и попросите ребенка выучить стишок. Позовите на концерт друзей и родственников - они будут зрителями.

Для успешности проведения досуга обязательно собирайте мнения всех участников. Это позволит скорректировать деятельность. Например, не всем комфортны длительные мероприятия. Поэтому можно будет выбрать короткие встречи.

Необходимо также учесть интересы каждого члена семьи при выборе активностей. Разнообразие хобби, спортивных игр или занятий искусством позволяет каждому члену семьи подобрать то, что ему по-настоящему нравится.

Ведь совместный досуг должен быть интересным и увлекательным для каждого, чтобы создавать положительные воспоминания и проводить время с пользой.

Организация семейных традиций или ритуалов также способствует развитию близости и сближению семьи. Это может быть, например, еженедельный семейный ужин, совместное чтение книги перед сном или поездка в кино каждую последнюю субботу месяца.

Такие ритуалы помогают создать ощущение единства и принадлежности к семейному кругу.

Еще один прекрасный способ провести с семьей время - это игры. Игры в семье - это прекрасный способ создать приятную атмосферу и укрепить семейные узы. Они не только помогают провести время с удовольствием, но и способствуют развитию коммуникационных навыков, сотрудничеству и эмоциональной связи между членами семьи.

Во-первых, семейные игры позволяют разнообразить рутину и раскрасить обычные будни. Они предлагают возможность снять напряжение, расслабиться и насладиться общением с близкими. Вместе вы можете попробовать такие игры, как настольные игры, карточные игры, настольный теннис, настольный футбол или даже видеоигры.

Во-вторых, игры в семье способствуют развитию коммуникационных навыков. Они учат детей и взрослых слушать друг друга, выражать свои мысли и идеи, а также учиться взаимодействовать и решать проблемы вместе. Например, в командных играх каждый член семьи должен сотрудничать и согласовывать свои действия с другими участниками.

Наконец, семейные игры могут стать отличным инструментом для обучения новым навыкам и знаниям. Они могут быть образовательными и учить детей счету, чтению, стратегическому мышлению и другим полезным навыкам.

Вместе вы можете попробовать игры-головоломки, викторины или даже создавать свои собственные игры с учебными задачами.

Семейные игры - это не только весело и увлекательно, но и полезно для развития и укрепления семейных отношений. Они позволяют провести качественное время вместе, улучшить коммуникацию и создать драгоценные воспоминания. Поэтому не забывайте проигрывать, смеяться и наслаждаться каждым моментом, проведенным вместе с вашей семьей.

### *Уважаемые родители!*

*Вы всегда можете получить поддержку обратившись в Службу оказания услуг психолого-педагогической, методической и консультативной помощи. Консультант Службы совместно с вами найдет решение возникающих проблем. Получить бесплатную консультацию можно очно или дистанционно (по телефону или посредством письменного обращения). Для получения консультации необходимо позвонить по номеру 8 (416) 2 226 247 или на сайте родители28.амур-уро. Консультации оказываются бесплатно.*