

## **Консультация для родителей: «Как проводить с ребенком досуг»**

Досуг – это свободное время от основной деятельности, которым человек распоряжается по собственному усмотрению. Неумение содержательно и с пользой для себя и окружающих организовать досуг – показатель низкой культуры человека. С другой стороны, интересный досуг – средство всестороннего развития личности человека. К. Д. Ушинский писал: «Если человек не знает, что ему делать в часы досуга, то тогда портятся у него и голова, и сердце, и нравственность».

Досуг может быть разным: интересным и скучным; ярким и не очень. Организация досуга целиком зависит от каждого члена семьи, а от родителей – в большей степени. Если просто пролежать выходные у телевизора или просидеть перед компьютером, а дети будут предоставлены сами себе, то такой досуг вряд ли будет способствовать полноценному отдыху и сплочению семьи.

Досуг – это не обязательно отдых; он может представлять собой активную деятельность. Раз досуг – деятельность, то это означает, что он не пустое времяпровождение. Это деятельность, осуществляемая по интересам и целям, которые ставит перед собой человек.

Чтобы в вашей семье досуг был интересным, полезным и запоминающимся, предлагаем несколько советов.

В выходные дни увеличьте продолжительность прогулок. Гуляйте с детьми и проводите прогулки с пользой. Прогулки в парк, на озеро, в лес будут способствовать физическому оздоровлению, насыщению новыми впечатлениями. Пешие прогулки – отличный способ понаблюдать за птицами, животными, насекомыми, деревьями, цветами, а в зимнее время – попробовать найти самый высокий сугроб или самую длинную сосульку, покормить птичек. Осенью можно собрать опавшие листья, объяснить ребенку, почему деревья сбрасывают свой наряд. Весной интересно понаблюдать за журчащими ручейками, набухшими почками, первыми цветами мать-и-мачехи. Можно поиграть в подвижные игры, поискать грибы, цветы, листья, шишки, камешки и др. Зимой хорошо прокатиться на лыжах, на коньках. Да и вообще покататься с горки на санках – эта забава придется по душе даже родителям. Летом можно прокатиться на велосипеде, освоить роликовые коньки.

Во время совместных прогулок нежелательно решать конфликты, так как это создает некую напряженную среду, которую дети непременно почувствуют.

Если погода на улице не позволяет гулять, можно сходить в музей, на выставку или сходить в гости. Ребенок активно развивается тогда, когда приобретает новый чувственный опыт, обогащается яркими впечатлениями и интересным общением.

Если же вы остались дома, то здесь тоже много вариантов. Можно рисовать, лепить, собирать пазлы, спеть караоке, поиграть в магазин, устроить домашний кукольный театр. Если ребенок постарше, можно

вовлечь его в процесс приготовления обеда. Натереть на терке вареные овощи для салата, почистить яйца, слепить пирожок, наконец, помочь в сервировке стола – это вполне под силу детям с 5-6 лет.

Большинство праздников справляется в выходные дни: дни рождения, крестины, свадьба и др. Праздник – это день, посвященный отдыху по случаю какого-либо события. Наиболее традиционным семейным праздником является день рождения одного из его членов. По-особому нам, родителям, конечно же, хочется отмечать дни рождения детей. Праздник по поводу дня рождения ребенка будет удачным, его родители сумеют правильно организовать его. Конечно, можно раскошелиться на клоунов и артистов. Но можно взять смелость попробовать организовать праздник самим. Немного времени, минимум затрат – и комната украшена шарами и плакатами, гостей именинника с порога ждут разные игры и конкурсы. Даже отмечая дни рождения на природе, можно придумать разные забавы. Например, поиски клада по карте. Или разные эстафеты на 2 команды. Если ваша фантазия «молчит», на помощь всегда придет Интернет.

В заключении хотелось бы сказать: чаще общайтесь с вашими детьми. Чтобы в понедельник утром на вопрос: «Как ты провел выходные?» ребенок с радостью рассказывал о том, как он помогал по дому, что нового узнал от мамы и папы и чтобы его глаза светились от воспоминаний о выходных днях.