Рекомендации родителям о проведении совместного отдыха с детьми

Рекомендации родителям о проведении совместного отдыха с детьми

Наибольшее влияние на развитие личности ребенка оказывает семья. Семья — это первое социальное окружение, в котором человек усваивает основные нравственные ценности, получает первичные знания и обретает основные умения и навыки деятельности, общения и ведения правильного *(здорового)* образа жизни.

Досуг *(свободное время)* – часть внерабочего времени, которое расходуется на восстановление сил, а также на физическое и духовное развитие человека.

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. Большое влияние на детей оказывает то, как **родители проводят** время в кругу своей компании. Если **родительская** компания устраивает **совместные походы**, семейные спортивные праздники, разнообразя их играми для детей, то это откладывает отпечаток и на детское групповое **проведение досуга**.

**Совместных 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.

**Совместный активный отдых**:

1. Способствует укреплению семьи;

2. Формирует у детей важнейшие нравственные качества;

3. Развивает у детей любознательность;

4. Приобщает детей к удивительному миру природы, воспитывая к ней бережное отношение;

5. Расширяет кругозор ребенка;

6. Формирует у ребенка первичные представления об истории родного края, традициях, культуре народа;

7. Сближает всех членов семьи (дети живут одними задачами с **родителями**, чувствуют причастность к общему делу).

**Проводя совместно досуг**, у **родителей** и детей возникает тот духовный контакт, о котором многие **родители только мечтают**.

Двигательная активность является важнейшим компонентом образа жизни и поведения дошкольников, тем более у детей с нарушением осанки и плоскостопия. Физическая культура занимает ведущее место в воспитании детей, и немалая роль в приобщении детей с раннего возраста к здоровому образу жизни ложится на плечи **родителей**.

Виды **совместного досуга с детьми**:

1. **Совместная**интеллектуальная деятельность: интеллектуальные игры, разгадывание кроссвордов, ребусов, загадок, собирание пазлов.

2. **Совместная**творческая деятельность: рисование, лепка, оформление квартиры к празднику, оформление открытки для по-здравления родственников, изготовление различных поделок.

3. **Совместная**трудовая деятельность: по-садка и уход за комнатными растениями, благоустройство территории вокруг своего дома, выполнение работ на приусадебном участке, уход за домашними животными.

4. **Совместная**спортивная деятельность: посещение тренажерного зала, бассейна, занятия на стадионе и др.

5. Устраивать **совместные** семейные чтения о здоровом образе жизни. (Например, сти-хотворение А. Барто *«Девочка чумазая»* вызывет желание малышей умываться и мыть руки с мылом, произведение С. Михалкова *«Про девочку, которая плохо кушала»* поможет побороть плохой аппетит, стихотворение С. Михалкова *«Про мимозу»* расскажет о необходимости закаливания и т. п.)

6. **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 постиг-шей его неудачей. **Совместная деятельность родителей** и детей может осуществляться с помощью игры-труда, подвижных игр-состязаний, игр-театрализаций *(разыгрывание литературных сюжетов)*. Главная задача взрослых в этой игре – поддерживать оригинальность детей, вовремя похвалить за что-то интересное.

Прекрасным средством для укрепления семьи и воспитания подрастающего поколения, является семейный туризм. Семейный туризм дает уникальную возможность в реальности познакомить детей с природой, научить их любить и беречь ее, поучаствовать самостоятельно в решении многих задач *(развести костер, собрать дрова, поставить палатку)*. Достичь общей цели с **родителями**, важно для ребенка любого возраста, он становится уверенней, организованней, ответственней. **Отдыхая всей семьей**, вы станете лучшими друзьями для своих детей. Подобный активный **отдых** помогает пробудить в **родителях** и детях дух коллективизма, развить выносливость, выдержку, настойчивость.

Можно просто погулять по парку держась за руки, покататься на различных аттракционах, посетить музей или выставку, сходить в лес.

Главное помнить, что время, **проведённое вместе**, укрепляет отношения и оказывает благотворное влияние как на ребёнка, так и на всю семью.