

Рекомендации родителям о проведении досугового времени ребенка

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. Семья – своеобразная педагогическая академия. Поэтому все, что недополучено в детстве, восполняется с большим трудом, а иногда и вовсе не восполняется. И потери эти во многом являются следствием того, что в семье отсутствовала совместная досуговая деятельность.

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.

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.

В организации свободного времени в семье, важны в первую очередь не средства, а знание того, чем заполнить досуг. Возможность проводить свободное время с пользой есть у всех и всегда. Исключительно благоприятные возможности для реализации воспитательной функции представляет совместный отдых. 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. 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.

Виды совместного отдыха родителей и детей :

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 поздравления родственников, изготовление различных поделок.

3. Совместная трудовая деятельность: посадка 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, лыжные семейные прогулки.

Физическая культура особенно необходима для жизни. Недостаточная физическая активность детей особенно опасна в периоды активного роста тела ребенка, когда ускоренное развитие скелета и мышечной массы не подкрепляется соответствующей тренировкой систем кровообращения и дыхания и ростом силового потенциала ребенка.

5. Совместные подвижные и сюжетно-ролевые игры. Игры – это неотъемлемая часть развития детей, которая укрепляют их физическое и психологическое здоровье. Совместные игры с родителями сближают, ваши дети в восторге и хорошем настроении. Все взрослые в душе остаются детьми, и как не крути, они любят час от часу поиграть. А игры со своими детьми, позитивные, эмоциональные и интересные. Можно играть не только выезжая за город, использовать традиционные игры с мячом, ракеткой, а также много других, на что хватит вашей выдумки. Давайте возможность ощутить победу вашим деткам. Это доставит огромное удовольствие и ему и вам. Пробуйте поиграть в те игры, которые он уже знает, и предлагайте свои, со своего детства. Будьте внимательным слушателем, показывайте, как вы хотите научиться играть так, как ваш ребенок, ведь это самые ценные минуты вашего общения. Обязательно играйте со своими детьми, это сближает и улучшает взаимоотношение.

6. 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 уверенным, организованным, ответственным. 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. В походе юные туристы учатся отличать съедобные грибы от несъедобных, получают

возможность создать красивые поделки из дерева, изучать лекарственные растения.

Организация хорошего и плодотворного детского отдыха на период летних каникул – важная задача, стоящая перед родителями, стремящихся создать для своих чад все условия для насыщенного и интересного времяпрепровождения.

Главное - надо воспитывать хорошие привычки культурного отдыха и помнить при этом, что они утрачиваются легче, чем приобретаются. Привычки положительного досуга остаются надолго, если становятся традицией.

Нам, взрослым, ничего не бывает жалко для наших детей. Мы отдаём им самое вкусное, одеваем во всё самое лучшее, защищаем от болезней и напастей. Но вот своё личное время мы отдаём им неохотнее всего остального. Из средств материального семейного бюджета мы больше и больше средств расходуем на питание, одежду, обучение, развлечения детей и т. д. А если посмотреть на затраты свободного времени детей, то окажется, что наши дети испытывают значительный дефицит родительского общения.

Уважаемые родители! Ваша дружба с детьми – признак благополучной семьи.

Приятного Вам отдыха!