

## **Консультация для родителей** **«Совместный досуг, как средство укрепления** **межличностных отношений в семье»**

Педагог – психолог  
Чернова Ирина Александровна

Проблема организация **семейного досуга** является в наше время очень острой. Психологи и социологи отмечают, что в мире современных технологий каждый занят своим делом, многие люди большую часть свободного времени проводят в сети Интернет, причем далеко не всегда, чтобы пополнить свои знания.

**Семья** - это самый первый коллектив, в который попадает человек при рождении, первый социальный институт, который способствует преобразению человека-индивида в личность. В первую очередь в семье закладываются биологические основы здоровья, привычки поведения, установки, навыки общения и отношения к старшим и младшим. В семье также воспитывается эстетический вкус, задается уровень моральных норм и ценностей, формируется уровень доверия к окружающему миру. В семье происходит приобщение к обычаям, традициям, культуре своей семьи и народа, а также приобретаются навыки трудовой деятельности, как совместной, так и индивидуальной. Именно поэтому семья должна обеспечить психологический комфорт каждого своего участника. Чем более защищённым чувствует себя человек в семье, тем более уверенно реализует свои цели, так как чувствует поддержку близких.

**Семейный досуг** - это свободное времяпрепровождение, которое предполагает «совместное участие всех членов семьи в различных видах активной и пассивной деятельности, которое способствует сплочению семьи, помогает подружиться и лучше узнать друг друга, является мощным средством для восстановления физических и духовных сил человека, формирование его личности. Во время семейного досуга семья становится одной командой, и в такой семье никто не чувствует себя одиноким или обделенным вниманием»

Позади напряженная рабочая неделя, когда вы встречались со своими детьми только рано утром и поздно вечером, впереди два выходных дня. Как сделать так, чтобы они прошли продуктивно и интересно? Куда пойти с ребёнком? Тут масса вариантов. Разумеется, решающее слово остается за ребёнком, это один из моментов, когда дошкольник чувствует свою сопричастность взрослым в семье и растет спокойным, уверенным. После завтрака можно сделать вылазку на природу, это может быть и семейная поездка на дачу и пикник в лесу, или просто прогулка в соседнем парке. Важно во время прогулки разговаривать с ребенком, обращать его внимание на то, что происходит вокруг: смена времен года, цвет листвы, интересная

расцветка у проходящей мимо кошки.

Дошкольники, конечно, получают первичные знания в детском саду, но от любимых родителей что-то узнать гораздо интереснее, и это лучше запоминается. На свежем воздухе очень полезны активные игры.

Поиграйте с ребенком в мяч, побегайте, привлечите к вашим играм других детей, гуляющих в том же парке или соседей по даче. Пусть прогулка будет веселой, активной и полезной. Много нового и увлекательного принесет поход в зоопарк. Множество животных и уже знакомых по книжкам, и пока неизвестных - это очень интересно, познавательно и весело. Раз и навсегда, уважаемые родители, решите для себя: совместный с ребёнком поход - это совсем не отдых для Вас, это время, полностью посвященное ему, вашему любимому малышу. Пусть он еще раз удостовериться, что Вы его любите, что живете его интересами. Посмотрите вокруг глазами ребенка - сколько интересного в мире! Заинтересовался ваш ребёнок чем - то, остановитесь, приглядитесь, постарайтесь смотреть на все его глазами и в то же время оставаться взрослым! Речь ваша, дорогие родители - эмоциональная и выразительная, должна нести доброе отношение к окружающему, восхищение щедрой красотой природы. В то же время побуждайте ребёнка высказываться, думать, сопоставлять, учите анализировать, отвечать на вопросы и задавать их. Ребёнок должен чувствовать родительскую сопричастность его интересам. Так формируется доверие к миру, благодарность и огромная любовь к родителям. В таких совместных походах есть все условия для тренировки вашего ребёнка в силе, ловкости, смелости. Не менее полезным и увлекательным может оказаться поход в театр, на детский спектакль, а после спектакля можно обсудить с ребенком только что увиденное, чтобы закрепить в памяти сюжет и смысл спектакля. Также, интересным, увлекательным проведением выходного дня может стать для ребёнка - посещение музея.

Удивительно, а сколько полезных сведений можно сообщить ребенку, идя с ним по улице. Познакомить с тем, как жили люди в другие времена. Во время обычной прогулки по старой части современного города можно поговорить с ребёнком о печах, можно увидеть дым, идущий из печи. Вспомнить те игры, в которые играли наши прабабушки и прадедушки. Заинтриговать ребёнка игрой и при желании можно и поиграть!

Вечером можно просто посидеть дома, не устраивая никаких походов. Почитать вслух интересную книжку, порисовать с ребенком, поиграть в настольную игру. Вот выходные прошли весело и с пользой, и вы с детьми готовы к новой трудовой неделе. Существует много способов, как провести выходной день вместе с ребёнком интересно и увлекательно.

**Родители, придумывайте, фантазируйте, и Вы получите массу впечатлений, удовольствий от прогулок с ребёнком!**

