

Консультация для родителей

Семейный досуг – как с пользой провести выходные дни!

Добрый день. Я воспитатель Колесова Валентина Петровна хочу предложить вам, уважаемые родители, как можно провести совместный отдых в выходные всей семьёй. Несмотря на то, что за окном мороз, не следует засиживаться дома перед телевизором или компьютером. Короткие зимние дни лучше проводить на улице. Подышать свежим воздухом, покормить птиц и слепить снеговика.

Работа, дом, бытовые проблемы – все это приводит к рутинному образу жизни. И, как правило, в единственные выходные хочется расслабиться, но как хорошо провести время, особенно с детьми, если бюджет ограничен, и финансовые возможности не позволяют посещать кинотеатры, рестораны, санатории.

Активный образ жизни



Многие задаются вопросом: «Чем заняться в выходные?». Нет ничего полезнее и экономичнее, чем прогулка на свежем воздухе. Данный совет идеально подходит для взрослых и детей.

- во-первых, спортивные мероприятия можно проводить в любое время года. Зимой - катание на лыжах и коньках, возведение снеговика и битва снежками. Летом - походы, пикники, пешие прогулки или на велосипеде в парке и лесу, игра в мяч, теннис, бадминтон.
- во-вторых, это полезно для здоровья тела и души. Нет ничего более сближающего, чем спорт. Вся семья объединяется, учится ладить друг с другом и становится единой командой.

Если вы не знаете, чем заняться в выходные, то смело составляйте программу для отдыха на свежем воздухе, зовите с собой семьи с детьми и устраивайте занимательные конкурсы.

Многие из нас с самого детства на коньки не становились, некоторые вообще не умеют на них кататься. Самое время провести выходные с семьей на катке. Для этого покупать коньки не обязательно. В наше время практически все катки имеют пункты проката. Это активное времяпровождение полезно и подходит для любого возраста.

Прекрасная идея провести выходные-катание с горки. Запаситесь санками, ледянками, тубингом либо просто куском линолеума. Много смеха и веселья вам гарантировано.

В солнечный зимний день, когда много снега и не слишком холодно, можно провести выходные зимой выехав на пикник за город. Можно развести костер, приготовить разные вкусные блюда, слепить снеговиков или построить снежные крепости. Особенно этот вид отдыха будет не забываем для детишек!

Тематический вечер



Итак, неделя подходит к концу и у вас возникает вопрос, чем заняться в выходные. Нет ничего интереснее, чем устроить тематический вечер:

Посвятите свободный вечер просмотру любимых кинолент.

- во-первых, выберете фильм или если у вас маленькие дети, то мультфильм.
- во-вторых, приготовьте закуски. Нарезьте фрукты и овощи, а для деток идеально подойдет карамельный попкорн.

Вечер настольных игр



Мы живем в цифровом мире, и каждый день начинаем со смартфона, а затем с ним же и заканчиваем. Поэтому данный совет идеально подходит для родителей, которые хотят узнать, чем заняться с детьми в выходные.

Настольные игры (шашки, шахматы, карты, пазлы, лото, «монополия») делают вас активными, внимательными, сконцентрированными. К тому же, такие мероприятия эффективно заменяют игры на компьютере, планшете и телефоне, сближая всех членов семьи.

Не важно как вы проводите выходные, главное чтобы вместе, ведь семья это самое важное в жизни каждого человека, тем более ребенка! Желаю удачи!