

**Министерство социального развития, опеки и попечительства Иркутской области**

**Областное государственное бюджетное учреждение социального обслуживания  
«Иркутский детский дом-интернат №2»**

Отделение психолого-педагогической помощи



## **Областная выставка-форум «Мир семьи. Страна детства»**

**Рекомендации для родителей  
в рамках консультации  
«Семья. В единстве наша сила!»**

*Нигде ничто не ждет человека... Всегда надо самому  
приносить все с собой. Любовь – в семью.  
Счастье в будни... Тепло в дружбу  
Эрих Мария Ремарк*

*г. Иркутск*

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.

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 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 и др.
5. Устраивать совместные семейные чтения о здоровом образе жизни. (Например, стихотворение А. Барто «Девочка чумазая» вызывает 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 постигшей его неудачей. Совместная деятельность родителей и детей может осуществляться с помощью игры-труда, подвижных игр-соревнований, игротеатрализаций (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, ответственной. 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, проведенное вместе, укрепляет отношения и оказывает благотворное влияние как на ребёнка, так и на всю семью.



## Пять рекомендаций по планированию досуга

Чтобы интересно и с пользой провести семейный досуг, его лучше спланировать заранее

Обсудить и выяснить со своими домочадцами, чем бы они хотели заняться в ближайшие выходные. Если желания у всех разные – найти компромиссный вариант.

Составить список, включить интересы каждого члена семьи. Согласовать с ними план действий на ближайшие выходные.

Начать подготовку к предстоящему мероприятию. Например, вы решили в выходные всей семьей отправиться на велопрогулку. Значит, мама может приготовить соответствующее обмундирование для всех, а папа приготовить велосипеды.

Подготовить запасной вариант. Вы собрались на пикник, а на улице дождь. Можно заменить поход, на просмотр интересного фильма. К его просмотру у вас должно быть все готово.

Учесть условие того, что лучший отдых – это смена вида деятельности. Если кто-то из членов семьи всю рабочую неделю выкладывался физически, то ему не захочется идти в поход. В этом случае лучше, если вы дадите ему отдохнуть, а вечером поиграете в интересную настольную игру.

## Правила семейного отдыха

Родителям и детям должно быть одинаково интересно вместе.

Досуг должен быть полезен всей семье.

Досуг должен способствовать отвлечению от насущных проблем и получению позитивных эмоций.



### Семейные традиции:

**Традиция** – это обычай, установившийся порядок в поведении людей, в их быту. Семейные традиции – традиции, которые переходят из поколения в поколения. Традиции очень важны: они дают ощущение сплоченности и единства. Известно множество примеров семейных традиций:

**Празднование** дней рождения членов семьи, памятных дат и прочих торжеств.

**Семейный обед.** Эта традиция считается одной из самых древних.

*Совет.* Это собрание членов семьи, на котором рассматриваются финансовые вопросы, обсуждаются планы и т.д.

Привычка готовить особые блюда на праздники, разрешение спать в воскресенье до обеда, традиция просматривать вместе фильмы в кинотеатрах, а также посещать кафе или ресторан в определенный день недели.



Отец и сын могут хорошо провести время на совместной рыбалке, посетить спортивные состязания или принять в них совместное участие, придумать секретное рукопожатие. Мама и дочка отлично проведут время на совместном воскресном шопинге.



### Вечер в кругу семьи.

Выделите день или время суток, которые станут традиционно семейными, когда все откладывают индивидуальные занятия и собираются для проведения времени вместе.

Раз в неделю забывать про свои дела и устраивать веселые посиделки на диване всей семьей.

Неважно – турнир по шахматам, конкурс на собирание пазлов, строительство палатки из одеял посреди комнаты с последующим вечером страшных историй при свете фонарика – лишь бы всем было весело и интересно!

**Капсула времени.** Каждый год можно анализировать, как вы его провели, что важного произошло, чего достигли. Все это можно погрузить в небольшую баночку, добавить туда детские рисунки и какие-то мелочи и закопать «будущим поколениям».

### Совместные игры

В них принимают участие и взрослые, и дети. Совместные игры укрепляют отношения между членами семьи.

В качестве примера совместной игры для взрослых и детей мы предлагаем



### «Поиск клада»

Родители составляют план поиска клада с учетом возраста детей.

Подсказки прячут в разных местах дома или квартиры. Первая карточка выдается просто так или, если есть желание усложнить начало игры, как приз за отгаданную

*Правила игры:* Играть в эту игру можно всем членам семьи, причем родителям, как самым опытным, предстоит придумать план игры, сами задания и оформить их на карточках (например, «под окном», «в шкафчике», «на кресле»).

Для умеющих читать детей это несложно, а вот для младших, еще не освоивших это умение, задания можно оформить в виде картинок, пусть даже схематических.

Поиски сюрприза или сокровища идут поэтапно с помощью указателей или путевого плана. А финальным пунктом назначения должно быть место, где родители «зарыли» клад, который достается искателю.

Развивающая роль этой игры для детей в доме состоит в том, что она тренирует и развивает логическое и пространственное мышление.

### **Преимущества отдыха всей семьей:**

- родители с детьми становятся близкими друзьями; появляется единый командный дух;
- развивается «чувство локтя» (взаимной поддержки);
- для родителей это возможность лучше понять своего ребёнка, узнать, чем он живёт, какие у него проблемы (в повседневной жизни на это не хватает времени, так как родители постоянно в работе и бытовых делах, а дети – в саду или в школе);
- для ребенка перенять у родителей основы поведения в обществе, обрести чувство безопасности во внешнем мире и исследовании новых способов его освоения.



**Семейный досуг** – шаг в развитии не только детей, но и их родителей, он играет большую роль в воспитании и формировании семейных традиций. А ведь каждый хочет видеть свою семью дружной и крепкой!





**Иркутский «Детский дом-интернат №2»**

---

664049, г. Иркутск, ул. Багратиона, 52  
Тел, факс 8 (3952) 464-165

Директор ОГБУСО ИДДИ №2 **Татьяна Викторовна Семенова**  
Заместитель директора по РВР **Любовь Евгеньевна Косиченко**  
Заведующий отделением социально-консультативной помощи  
**Елена Сергеевна Гусейнова**

**Подготовили:**

Педагог-психолог **Надежда Геннадьевна Суворова**  
Педагог-психолог **Эльвира Сергеевна Гафурова**