

### **Вместе весело шагать...**

Ничто так не сближает семью, как совместно проведенный досуг, отдых. Но при обязательном условии: все объединяются по доброй воле, учитываются интересы каждого – и взрослые, и дети должны получать удовольствие от такого отдыха. Родителям и детям должно быть одинаково интересно вместе, Досуг должен быть полезен всей семье, а также способствовать отвлечению от насущных проблем и получению позитивных эмоций.

Вот примеры семейного досуга:

- совместные спортивные занятия (тренажеры, бокс, плавание в бассейне, бег, лыжи, командные виды спорта и т.д.);
- настольные игры («Монополия», «Эрудит», «Мафия», шахматы, лото, шашки, нарды, домино);
- совместное рукоделие (изготовление собственного кукольного театра, сочинение сценария для сказки, создание города из конструктора, сборка моделей транспорта и т.д.);
- собирание больших пазлов или мозаики;
- поход в кинотеатр/театр;
- посещение фестивалей;
- посещение концерта;
- посещение аттракционов;
- посещение зоопарка;
- посещение аквапарка;
- посещение планетария;
- пикник на свежем воздухе;
- поездка в лес или ближайший город;
- совместный просмотр старых фотографий;
- просмотр фильмов;
- поездка в гости всей семьей;
- генеральная уборка квартиры или уборка территории вокруг дома;
- благотворительность (собрать и отвезти хорошие, но ненужные вещи нуждающимся);

- написать письма и подписать открытки родным и близким, а затем отправить их по почте;
- фантазийная семейная фотосессия (дома или в фотостудии);
- мастер-класс (в интернете или вживую);
- семейные встречи (собрать у себя родственников, накрыть на стол, придумать развлечения);
- катание на велосипедах, роликах, самокатах;
- игры («Фанты», «Крокодил», «Веселая чепуха» и т.д.);
- совместные покупки в торговом центре (важно порадовать каждого члена семьи, сумма покупки каждого должна быть примерно одинаковой и заранее оговорена);
- совместное приготовление сложного, интересного блюда (выбор и покупку продуктов для блюда также можно включить в этот пункт);
- поход в библиотеку (где каждый, не торопясь, выбирает себе чтение по интересам, например, на неделю и возвращает книги, которые брали на предыдущей);
- тематический ужин или тематическая вечеринка с детьми.

Культура организации досуга, конечно же, зависит от взрослых. В их обязанности входит научить своих любимых чад отдыхать с пользой для здоровья, для расширения их кругозора, для приобретения полезных и нужных в жизни навыков.

Семейный досуг – это уникальный шанс для родителей лучше узнать своего ребенка, услышать, а главное понять его.

Если у родителей есть какие-либо увлечения, то дети зачастую охотно разделяют их. Но это происходит только в том случае, если они оказываются активными участниками увлечения родителей, а не его пассивными наблюдателями.

У детей, в семьях которых не уделяется должного внимания организации детского досуга, формируются такие шаблоны поведения, которые ведут к эгоизму, замыканию в кругу их собственных интересов. Поэтому родителям необходимо помнить, что человек формируется не только и не столько под влиянием услышанного или прочитанного, но в большей мере в процессе собственной деятельности.

Семейный досуг - это, прежде всего, свободное времяпрепровождение, с акцентом на слове «свободное», когда все члены семьи объединяются в разных видах деятельности и учатся разным навыкам.

С одной стороны, каждый постигает коллективные навыки коммуникации и общения, контактности, живого диалога, дружеских отношений, а с другой - развивает свою индивидуальность, демонстрирует свои способности и стремления.

Еще семейный досуг - это формирование сплоченной команды. То есть семья - это единая команда, у которой есть общие цели, общие интересы, общие традиции и обычаи.

Помните - становление и развитие человека начинается в семье. Семья – это то первое социальное окружение, в котором ребенок усваивает главные нравственные ценности, получает первичные знания и приобретает основные умения и навыки деятельности и общения, с которыми он потом входит в мир. Поэтому все, что будет недополучено в детстве, с большим трудом восполняется, а иногда и вовсе не восполняется в дальнейшей жизни. И потери эти в значительной степени являются следствием того, что в семье отсутствовала совместная досуговая деятельность.

Импровизируйте, придумывайте, пробуйте, ищите! Но самое главное – уважайте и любите друг друга. Помните, что совместно проведенное время останется в памяти и сердцах всех членов семьи на долгие годы.

А узнать больше об организации семейного досуга и формах его проведения помогут предлагаемые вам книги.

## Кулинария

**Алексеева, Т. Едим как в сказке: Рецепты на каждый день из любимых детских книг / Т. Алексеева – М. : Альпина Паблишер, 2021. – 308 с. – Текст : непосредственный.**



Что несла бабушке Красная Шапочка? Как пожарить тефтельки для Карлсона? Какой он – загадочный пудинг, с которым знакомили Алису? Автор книги, фуд-блогер и кондитер Татьяна Алексеева побывала в литературном мире, узнала все сказочные рецепты и написала кулинарную книгу для родителей, которые хотят подружить своих детей с едой. С помощью этой кулинарной книги мамы и папы смогут приготовить необычное блюдо и устроить тематический праздник для

детей с угощением от любимых героев.

**Готовим для детей. – М. : ОЛМА Медиа Групп, 2012. -240 с.: ил. – (Уроки шеф-повара). - Текст : непосредственный.**



Детская кулинария – это иногда сложно, но интересно, это метод проб и ошибок, зато и результат радует, если ребенок с аппетитом ест блюда, приготовленные с любовью его мамой. Еда для малыша – очень важное занятие, которое можно и нужно сделать увлекательным. Рецепты лучших московских поваров, рассчитанные на самых маленьких и отвечающие современным требованиям диетологии, помогут родителям в решении такой важнейшей задачи, как организация правильного детского питания.

### Фотография

**Беленькая, Н. М. История семейных фотографий / Н. М. Беленькая; худож. В. П. Попова. – М. : РОСМЭН, 2018. – 48 с.: ил. – (История всех вещей). - Текст : непосредственный.**



Семейные фотоальбомы можно сравнить с увлекательным историческим романом. А действующие лица в нем – многие поколения наших родных и близких. Меняется мода и фототехника, но не изменяется традиция хранить семейный альбом, в котором мы рассказываем историю нашей страны, семьи и каждого из нас. Эта книга – настоящая машина времени, которая поможет родителям и детям путешествовать по страницам семейной истории и вдохновит на создание своей собственной уникальной страницы.

**Сычѣк, Н. А. Семейная фотография / Н. А. Сычек. – СПб.: БХВ-Петербург, 2015. – 176 с.: ил. - Текст : непосредственный.**

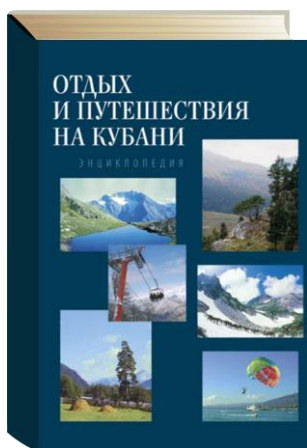


В издании показано, как делать портреты всех членов семьи: от младенцев до бабушек и дедушек, в том числе групповые и с домашними животными. Даны советы по съемке беременности, материнства, детства и других семейных сюжетов. Для каждого случая даны конкретные рекомендации, как избежать типичных ошибок, наполнить снимок эмоциями и жизнью, сделать его особенным. Книга предназначена всем, кто хочет научиться фотографировать и создавать красивые семейные фотографии на радость себе и близким.

Она состоит из теории и практики в виде домашних заданий по каждой теме. Правила и приемы съемки изложены кратко, наглядно и доходчиво объяснены.

## Путешествия

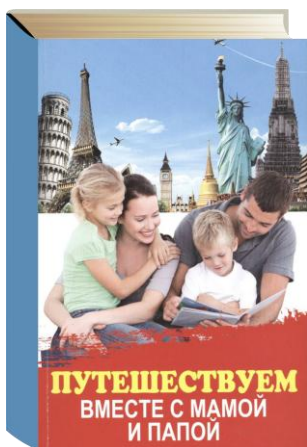
**Отдых и путешествия на Кубани: энциклопедия / редактор А. Н. Пахомов, и др. – Краснодар: Традиция, 2010. – 424 с. : ил. - Текст : непосредственный.**



Энциклопедия посвящена истории и развитию курортов Кубани, особенностям природных лечебных факторов, их применению в комплексном лечении на курортах Черноморского и Азовского побережий. В издании представлены материалы о разнообразии природных ландшафтов, объектах туризма, памятниках природы, истории, информация о музеях, театрах, санаториях. Книга будет интересна широкому кругу читателей, туристам, отдыхающим на кубанских курортах, путешественникам,

школьникам и студентам.

**Трясорукова, Т. П. Путешествуем вместе с мамой и папой / Т. П. Трясорукова. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2014. - 155 с. : ил. - (Школа развития). - Текст : непосредственный.**



Книга позволит получить общие знания о географии на этапе развития и подготовки ребенка к школе, пробудит в детях познавательный интерес к миру, расширит и обогатит кругозор, зарядит вас и ваших деток положительными эмоциями, поможет сформировать добрые детско-родительские отношения. Это издание для заботливых и любящих родителей, интересующийся будущим своего ребенка.

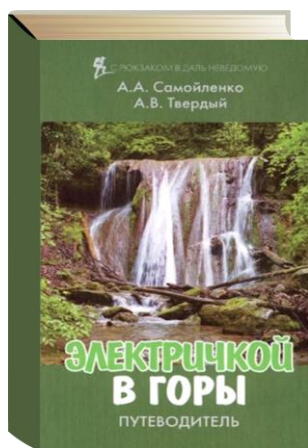
## Туризм

**Головин, В. Зимний отдых : лучшие горнолыжные курорты в России и рядом / В. Головин. - Москва : АСТ, 2017. - 160 с. : цв. ил. - (Путеводители для всех). - Текст : непосредственный.**



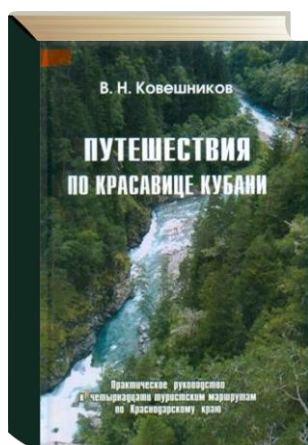
Активный зимний отдых с каждым годом становится все более и более популярным в нашей стране. Ряды любителей горнолыжного спорта и сноубординга непрерывно пополняются новыми поклонниками. Увеличивается и количество обустроенных мест для занятий этими видами спорта. Этот путеводитель содержит описание горнолыжных курортов в России и ближнего зарубежья - техническая оснащенность, состояние трасс, инфраструктура курортов. Начинающий и опытный горнолыжник сможет выбрать курорт в зависимости от региона, сезона работы и ценовой доступности. Книга предназначена для тех, кто ассоциирует зимний отдых с горными лыжами.

**Самойленко, А.А. Электричкой в горы: путеводитель / А. А. Самойленко, А. В. Твёрдый. - Краснодар : И. Платонов, 2008. - 256 с. : ил. - (С рюкзаком в даль неведомую). - Литература: с. 252-253. - Текст : непосредственный.**



В путеводителе подробно описаны маршруты выходного дня пешеходного туризма вдоль железнодорожной ветки Горячий Ключ — Туапсе, Краснодарского края. Авторы издания предоставляют информацию об интереснейших уголках малотронутой природы, но и предупреждают при этом о недопустимости варварского к ней отношения, напоминая о ее хрупкости и незащищенности. Описания насыщены богатым краеведческим материалом, фотографиями и картохемами. Путеводитель будет интересен любителям несложных туристских маршрутов, загородного активного отдыха, семейным туристам, студенческим и школьным группам, краеведам.

**Ковешников, В. Н. Путешествия по красавице Кубани : практ. руководство к 14 турист. маршрутам по Краснодар. краю / В. Н. Ковешников. - Краснодар : Советская Кубань, 2012. - 435 с. : ил. - Текст : непосредственный.**



Книга является путеводителем, в котором приводится описание четырнадцати путешествий по территории Краснодарского края. Они охватывают практически всю горную часть Кубани – от Тамани до Кавказского заповедника. В издании дается подробная характеристика каждого района путешествия, техническая и краеведческая информация. Текст каждого описания сопровождается туристской схемой, фотоприложением и дополнительной информацией. В справочном разделе книги приведены полезные советы для путешественников. Издание рассчитано на широкий круг читателей, интересующихся туристскими путешествиями и краеведением.

**Клюшник, Л. В. 100 чудес России / Л. В. Клюшник ; худож. В. В. Лапин, И. В. Максимова, О. К. Пархаев и др. - Москва : РОСМЭН, 2019. - 112 с. : ил. - Текст : непосредственный.**



Мы живем в уникальной стране, которая по размерам, разнообразию природы и красоте архитектуры сильно отличается от своих соседей. На ее территории есть Долина гейзеров, Китовая аллея, пресноводное озеро Байкал, пещеры Алтая, «страна городов» Аркаим, Золотые ворота, Кавказские Минеральные Воды - всего и не перечислишь! На страницах книги собрана информация о ста самых интересных и знаменитых чудесах России. Юных читателей ждет увлекательное путешествие по нашей Родине, которое принесет им массу новых впечатлений и захватывающих открытий.

### Досуг

**Яковлева, М.А. Веселые научные опыты для детей и взрослых. Опыты на даче / М.А. Яковлева. – М. : Эксмо, 2012. – 64 с. : ил. - Текст : непосредственный.**



Если вы не можете удовлетворить любопытство вашего ребенка тысячью ответов на сто вопросов «почему?», значит пора провести несколько веселых и увлекательных опытов с маленьким «почемучкой». Экспериментируя, ребенок сможет сделать для себя множество маленьких научных открытий, увидеть обратную сторону загадочных для детей явлений.



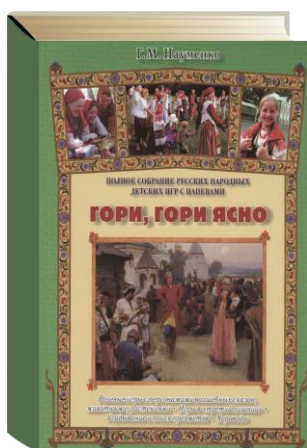
**Семейное чтение в год семьи / сост. Т. Д. Жукова. - Москва : Русская школьная библиотечная ассоциация, 2008. - 320 с. - (Профессиональная библиотека школьного библиотекаря: Приложение к журналу «Школьная библиотека» ; сер. 1. Вып. 5-6). - Текст : непосредственный.**



Семейное чтение - важнейший механизм воспитания доброго и умного гражданина страны. В сборнике собраны простые и интересные, занимательные для детей формы и методы привлечения к чтению, которые помогут построить именно вокруг чтения семейный досуг, общение, сотворчество разных поколений одной семьи. Здесь читатель найдет советы не только о том, что и как читать, но и как без принуждения, просто и «незаметно» научить ребенка читать самостоятельно. Сборник адресован родителям, библиотекарям и педагогам.

## Игры

**Науменко, Г.М. Гори, гори ясно : полное собрание русских народных детских игр с напевами / Г. М. Науменко. - Москва : Белый Город : Воскресный день, 2016. - 191 с. : ил., ноты. - Словарь с. 184-187. - Текст : непосредственный.**



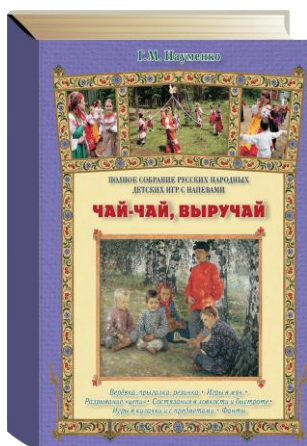
В своей книге автор собрал оригинальные, ранее нигде не публикуемые образцы песенного и поэтического народного творчества - искусства оригинального, яркого и вечного. Материал связан с обрядовыми народными играми. Встреча с лесом и полем, праздник нового урожая, нового времени года - во все, чем жили люди, чему радовались или о чем печалились, - естественным образом вошло в игровое народное творчество. У детей немало интересных занятий: это и дудочка, вырезанная из тростника, это и наблюдение за жизнью птиц и зверей, а значит, и подражание их голосам - все это преобразуется в песенные припевы, диалоги, прибаутки, считалки, становится игровым «репертуаром». А значит, каждый может найти в нем что-нибудь для себя - интересное, увлекательное, полезное.

**Науменко, Г. М. Бояре, мы к вам в гости пришли : полное собрание русских народных детских игр с напевами / Г. М. Науменко. - Москва : Белый Город : Воскресный день, 2016. - 143 с. : ил., ноты. - Словарь с. 124-127. - Текст : непосредственный.**



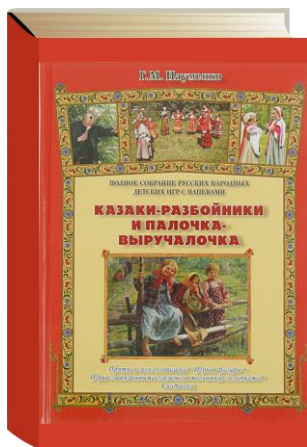
Издавна смена времен года отмечалась особыми праздниками и обрядами. Устраивались проводы зимы (Масленица), встреча весны; летний праздник – завивание березки (Семик); праздник урожая осенью (дожинки) и др. В такие праздничные дни молодежь водила хороводы. В хороводных песнях отражен народный быт, в них ярко выражено восприятие красоты родной природы. Хороводы с их игровыми песенными припевами - жанр молодежный: оптимизм, веселье, полнота ощущения жизни делают их в наше время весьма востребованными.

**Науменко, Г. М. Чай-чай, выручай : полное собрание русских народных детских игр с напевами / Г. М. Науменко. - Москва : Белый Город : Воскресный день, 2016. - 159 с. : ил., ноты. - Словарь с. 156-157. - Текст : непосредственный.**



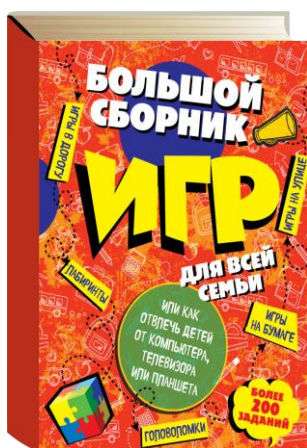
Верёвка, прыгалка, резинка. Попрыгаем! Игры в мяч. Разрывание «цепи». Кружимся и падаем. Состязания в ловкости и быстроте, в меткости и силе. Игры в кулачки и с предметами. Игры на сообразительность, смекалку, стойкость; игры-массажи. Фанты. Купля, продажа. Собрание игр с напевами – явление исторической, культурной и эстетической ценности, предназначенное для широкого круга читателей. Издание будет полезным воспитателям, педагогам, музыкальным работникам в воспитании детей, формировании их личности.

**Науменко, Г. М. Казаки-разбойники и палочка-выручалочка : полное собрание русских народных детских игр с напевами / Г. М. Науменко. - Москва : Белый Город : Воскресный день, 2016. - 143 с. : ил., ноты. - Словарь с. 138-141. -Текст : непосредственный.**



Уникальный игровой материал, вошедший в книгу, собрал известный фольклорист, музыковед, этнограф и писатель Г.М. Науменко. Много лет он, работая в фольклорных экспедициях, изучал и записывал игровой фольклор в деревнях, селах, старинных городах России. Собранный материал позволит проследить как менялись игровые «занятия» на протяжении целого века. Книга будет полезной для педагогов, воспитателей, музыкальных руководителей.

**Большой сборник игр для всей семьи, или Как отвлечь детей от компьютера, телевизора или планшета / [авт. текста Е.Д. Киселёва]. – Москва : Э, 2016. - 240 с. : цв. ил. - (Подарочные издания. Досуг). - Текст : непосредственный.**



В этом сборнике поместилось просто невероятное количество игр! Здесь есть и шумные дворовые игры, и веселые идеи для дней рождения, и командные сражения. С помощью данного издания родители вместе со своими детьми смогут научиться выполнять простые, но эффективные фокусы, развлечься в путешествии или на даче, пройти увлекательные лабиринты, распутать загадки и головоломки.

**Хёт, С. Родители - дебютанты. Поиграй со мной! / С. Хёт ; пер. с фр. М. Приморской. - Москва : РИПОЛ классик, 2015. - 255 с. : ил. - (Родители - дебютанты). - Текст : непосредственный.**



По вечерам, в будни и выходные, на каникулах и в день рождения - детям хочется развлекаться всегда! Не усаживайте их за телевизор или компьютерные игры, а лучше развивайте воображение вместе с ними благодаря этой книге. Здесь вы найдете более 200 оригинальных идей, которые обязательно понравятся детям. Занимайтесь дома и играйте на свежем воздухе, вдвоем или веселой компанией!

**Лукьянова, И. В. Книга нашего детства / И.В. Лукьянова ; худож. С. Уткина. - Москва : РОСМЭН, 2019. - 56 с. : цв. ил. - (История всех вещей). - Текст : непосредственный.**



Увлекательная книга для семейного чтения, которая оживит в памяти игры и увлечения советских детей и расскажет о том, в какие игры любили играть дети в мире без интернета, гаджетов и супермаркетов. Вспомним, как после уроков до темноты находились во дворе, что коллекционировали, какие были фигуры в «резиночке», как играли в «казаки-разбойники» и где в «классиках» «небо», а где – «огонь», а летом ездили в пионерские лагеря. Каждый читатель обязательно откроет для себя что-то новое и вспомнит свои любимые детские игры.

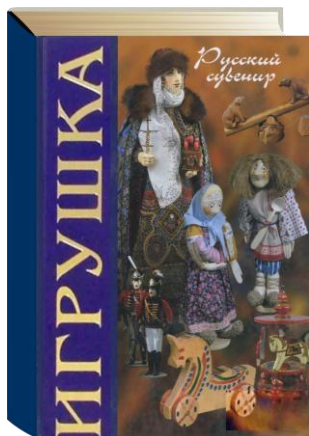
## Декоративно-прикладное искусство - Игрушки

**Лаврова, С. Русские игрушки, игры, забавы / С. Лаврова. - Москва : Белый город, 2007. - 48 с. : ил. - (История России). - Текст : непосредственный.**



Книга «Русские игрушки, игры, забавы» рассказывает об истории возникновения игрушек на Руси, о «божественном» происхождении и обрядовом значении лошадок и мячей, кукол-оберегов и соломенных птичек. Современные читатели узнают, в какие куклы играли их прапрабабушки, на каких лошадках скакали и какими солдатами сражались их прапрадедушки. Отдельные главы посвящены народным играм и забавам, ныне незаслуженно забытым: «пять камушков», бирюльки, ходули, игры в бабки и в лапту. Очень хочется надеяться, что эта книга поможет воскресить русские народные игрушки и возродить «потерявшиеся во времени» игры и забавы.

**Соловьёва, Л. Н. Игрушка : [альбом] / Л. Н. Соловьёва ; [фот. В. К. Светашков]. - Москва : Интербук-бизнес, 2002. - 119, [1] с. : фот. - (Русский сувенир). - Текст : непосредственный.**



Матрешки, самовары, куклы, пасхальные яйца, расписные ложки и другие изделия народного и декоративно-прикладного искусства необычайно популярны не только в нашей стране, но и зарубежом. Их охотно приобретают в качестве сувениров, рассказывающих о местных художественных традициях. Альбом знакомит читателя с произведениями народного искусства, имеющими художественную ценность. И это особенно важно, поскольку рынок наводнен низкокачественными ремесленными подделками. Издание, кроме вступительной статьи, содержит около 150 иллюстраций, включающих экспонаты из музейных и частных собраний. При этом многие из представленных образов публикуются впервые.

