

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 31» г. Ярославля.**

**Май 2023 г.**

**Выпуск подготовили:**

**Сорокина Олеся Михайловна**

**Канаичева Мария Александровна**



**В этом выпуске:**

- 1)Почему важно проводить время со своей семьей  
(и как это сделать)**
- 2)Детская страничка**

**Я и моя семья**

**В современном хаотичном мире проводить время с семьей не всегда легко.  
Согласовать расписание может быть довольно сложно, особенно если семья  
большая.**



**Почему семейное время так важно? Потому что мы все нуждаемся в любви и поддержке, и хорошая, крепкая семья может регулярно их оказывать. Детям, проводящим время со своей семьей, помогает сформировать из них хороших, ответственных взрослых, улучшить их психическое здоровье и развить сильные основные ценности.**

***Вот шесть причин, по которым важно проводить время со своей семьей:***

## **1. Предоставляет возможность установить связь**

**Когда вы проводите время вместе всей семьей — рассказываете о своем дне, о своих взлетах и падениях, — это способствует общению. Как родители, это дает вам возможность выслушать своих детей, выслушать их, узнать о том, что происходит в их мире. Это также дает вам возможность использовать жизненные ситуации в качестве обучающих моментов.**

## **2. Учит ценить семью**

**Уделяя время своей семье, вы даете своим детям понять, что их ценят, что проводить время вместе — это приоритет. Я знаю, что в современном мире оба родителя заняты, так как оба обычно работают. Что может быть лучше, чтобы ваши дети знали, что их любят, чем выделять время каждую неделю, чтобы проводить с ними?**



### **3. Улучшает психическое благополучие**

**Совместное времяпрепровождение дает вашим детям безопасную платформу для самовыражения, позволяет задавать вопросы о том, что их беспокоит, или рассказывать о своем дне и о том, чему они научились.**

***“Исследования показывают, что качество семейных отношений важнее, чем их размер или состав. Из кого бы ни состояла семья, они могут построить прочные, позитивные отношения, которые способствуют благополучию и поддерживают психическое здоровье детей и молодежи”.***

**Для детей бесцenna возможность обратиться за советом к родителям, которым они доверяют, а также возможность выслушать их и помочь в решении проблем. Кроме того, способность высказывать свое мнение и быть услышанным — и чувствовать, что то, что они должны сказать, имеет значение, — способствует повышению самооценки. Все это может оказать очень сильное положительное влияние на их благополучие.**



### **4. Помогает ребенку чувствовать себя Любимым**

**Как вы думаете, что чувствует ребенок, зная, что его родители хотят проводить с ним время — разговаривать, делиться опытом, играть в игры, слушать их? Это заставит их почувствовать, что они важны, а ребенок, который чувствует себя важным, счастливее и более склонен к процветанию. Откладывание дел по дому или работы, чтобы провести время со своими детьми, демонстрирует, что они необходимы — что они важны. Какой подарок можно сделать своему ребенку?**

## **5. Создает безопасную среду**

**Если вы регулярно проводите время со своими детьми, вы также создаете атмосферу доверия. Чем больше у них доверия, тем больше вероятность того, что они поделятся с вами тем, что происходит в их мире. Когда они станут старше, вы захотите знать. Негативное влияние может проявиться в любое время, но если вы всегда были рядом со своим ребенком, они с большей вероятностью придут к вам и попросят вашего совета.**

**Совместное времяпрепровождение порождает знакомство и чувство поддержки. Когда ребенок чувствует себя в безопасности и комфортно, у него больше шансов открыться. Это один из способов узнать своего ребенка поближе и узнать, что у него на уме. С ними все в порядке? Нуждаются ли они в вашем руководстве? Если да, то как?**

## **6. Уменьшает Стресс**

**Это очень важно. Мы все страдаем от стресса в тот или иной момент нашей жизни. Время, проведенное с семьей, помогает снять этот стресс. Это возможность обсудить ситуацию, получить обратную связь и, возможно, провести мозговой штурм для решения проблемы, которая вызывает стресс.**



**Итак, теперь, когда вы знаете о некоторых преимуществах, каковы некоторые идеи для того, чтобы провести время с семьей?**

## **1. Семейные ужины**

Это прекрасный способ провести время вместе. Пока вы ужинаете, у вас есть возможность обсудить то, что происходит в вашей жизни — взлеты, падения и все, что между ними. Это как иметь буфер против жизненных трудностей.

## **2. Регулярные вечера кино\мультиков**

Это еще одно забавное событие, правда выбрать фильм, который все хотят посмотреть, непросто. Итак, дайте себе достаточно времени, чтобы не тратить два часа на поиски фильма, а потом вообще не смотреть фильм, потому что ночь практически закончилась. Попробуйте выбрать фильм до наступления дня, если это возможно.

После этого откройте его для обсуждения. Задавайте вопросы, относящиеся к фильму. *Что вы думаете об этом? Должны ли они были это сделать? Вы бы сделали что-то по-другому?* Есть так много вопросов, которые вы можете задать, чтобы завязать разговор и продолжить вечер.



### **3. Ночь игр**

**Это еще один повод для большого веселья. Если у вас есть дух соперничества, это делает игру еще более увлекательной. Существует множество игр — Чепуха, Картинки, Яблоки к яблокам, Шарады и многие другие, которые могут создать веселый хаос. Все, что я могу сказать, это то, что в игровые вечера не воспринимайте себя слишком серьезно. Ничего страшного, если ты проиграешь игру. Самое интересное - быть вместе, смеяться, спорить и хорошо проводить время.**

**Кроме того, “Игра в настольные игры отлично подходит для детей по многим причинам, помимо очевидных; играть в игры весело!**

**Игры, соответствующие возрасту, могут помочь детям мыслить стратегически, творчески решать проблемы, работать над распознаванием образов и развивать простые математические навыки. Они также помогают детям развивать социальные навыки, такие как соблюдение правил, чередование и изящная победа или поражение. Кроме того, вечер семейных игр дает детям возможность пообщаться с братьями и сестрами, родителями и членами семьи, а также со сверстниками. Это может способствовать созданию традиций и созданию веселой рутины.**



## 4. Совместное хобби

**Если вам и одному из ваших детей нравится делать одно и то же, делайте это почаще.**

**Совместное хобби - отличный способ объединить членов семьи. Это удивительным образом связывает людей.**



**Проводить время с семьей - это инвестиция. Это инвестиция в счастье, благополучие и безопасность этой системы. Это также может послужить способом вырваться из повседневной рутины и постоянных мирских требований, в то же время создавая прочную семейную ячейку.**

**Несмотря на то, что не всегда легко найти время, найти время - это ключ к тому, чтобы оставаться рядом, оказывать и получать любовь и поддержку. Нет большего дара, чем дар времени. Это то, чего нам всем, похоже, не хватает в наши дни. Таким образом, постоянно делая этот подарок, каждый чувствует, что его любят и ценят.**

# Детская страничка

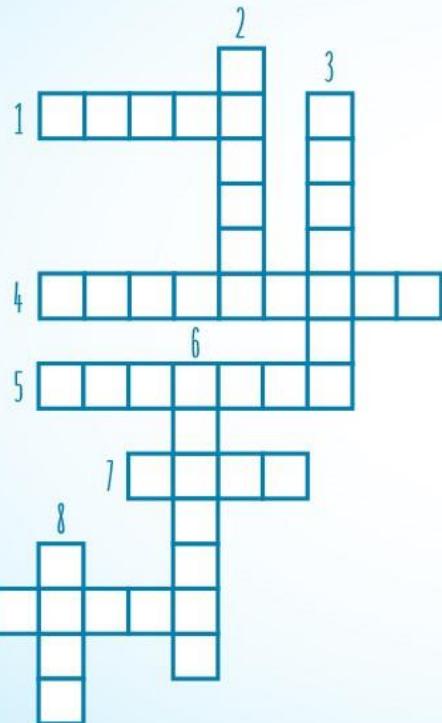
**Найди 10 отличий**



## Разгадай кроссворд



# Летний кроссворд для всей семьи



1



2



3



4



5



6



7



8



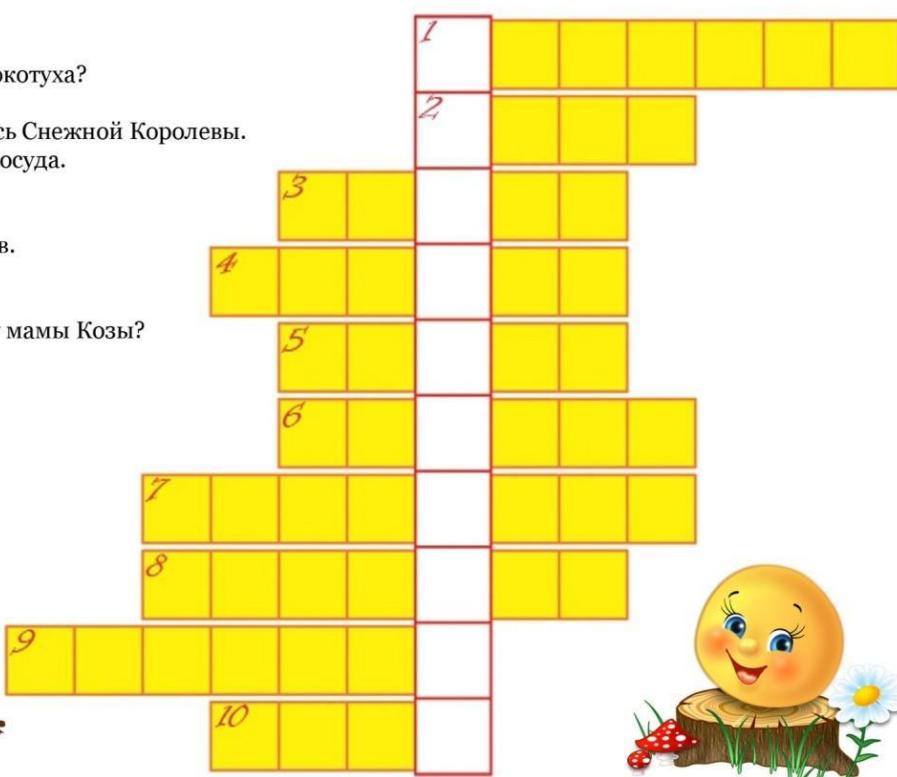
9



## Кроссворд "Сказочный"

Если ты разгадаешь кроссворд, то узнаешь, какое качество в человеке самое важное.

1. Что купила на базаре Муха-Цокотуха?
2. Жених Дюймовочки.
3. Девочка, которая не испугалась Снежной Королевы.
4. Бабушка, у которой сбежала посуда.
5. Он победил злодея-паука.
6. Весёлый поросёнок из цирка.
7. Начальник всех умывальников.
8. Он живёт на крыше.
9. Добрый доктор.
10. Сколько деток-козлят было у мамы Козы?



## Распутай лабиринт

