Консультация для родителей

Тихий семейный отдых

Тихий семейный отдых это как музыка, даже для тех, кто не мыслит себя без работы. В такой момент каждый хочет, чтобы короткий отрезок времени прошел максимально позитивно и дал сильный заряд энергии и силы, ведь такой отдых должен не только расслаблять, но и сближать с семьей. Конечно, совсем не хочется провести тихий вечер у телевизора или, что еще хуже, у компьютера. Поэтому здесь необходимо придумать что-то свое особенное и оригинальное.

Выбор плана проведения тихого семейного отдыха должен напрямую зависеть предпочтений всей семьи. Кому-то тихий отдых в кругу семьи – это семейный ужин у камина с просмотром старых фотоснимков, а для кого-то умиротворенный отдых – это уединение с природой, например, семейный уикенд в лесу с палаткой. Мы вам предлагаем несколько сценариев тихого отдыха для всей семьи, выбор остается лишь за вами.

Сценарий первый: семейная прогулка

Все мы наслышаны о пользе свежего воздуха. Так почему бы не собраться всей семьей и не отправиться на прогулку, пусть за окном даже зима. Прогуливаясь на улице, у реки на набережной или парке, вы сможете всей семьей получить не только колоссальное удовольствие, но и освободиться от части моральной усталости.

Сценарий второй: семейные места

Если на улице наступила теплая пора, почему бы вам не отдохнуть всей семьей, осуществив поход в зоопарк.

Больше всего такая прогулка придется по душе детишкам, правда, и взрослые смогут получить от нее массу удовольствий, так как животные могут оказывать благотворное влияние на психику человека. Кстати, прогуливаясь по городу, можно сделать остановку в тихом и уютном кафе (такое кафе может быть постоянным местом провождения времени для семьи).в этом кафе вы сможете всей семьей выпить сока или что-нибудь перекусить.

Сценарий третий: отдых за городом

Что может быть лучше, чем провести умиротворенный семейный отдых вдали от городской суеты – на даче. Свежий воздух, природа и улыбки детей - что может быть лучше? Кстати, если вы отправляетесь на пару дней, заранее позаботьтесь о постельных принадлежностях, посуде, в летнее время - о специальном средстве от укусов насекомых. Прикупите мясо или рыбу – замаринуйте их. Если у вас на даче отсутствует мангал, почему бы вам не прихватить с собой раскладной вариант? Плюс ко всему, уместным будет, если вы прикупите дрова или угли для костра. Помимо мяса с собой можно взять фрукты, вощи, сладкое, кофе, чай, воду.

Во время проведения времени на свежем воздухе заметно просыпается аппетит, именно поэтому лишняя еда вам никогда не повредит. Хотите тихой и незабываемой атмосферы, тогда сходите всей семьей в лес за грибами или попросту прогуляйтесь по окрестностям. Можно смело собрать семейный букет из разнообразных полевых цветов или если неподалеку имеется озеро – отправиться на рыбалку. Повезет что-то поймать – приготовьте на костре уху.

А как вам вариант для всей семьи натянуть гамаки и провести спокойный отдых в «вертикальном» положении.

Поверьте, это будет весьма оригинально и забавно. Особенно если вы устроитесь в гамаке с любимой семейной книгой и почитаете ее для всех вслух. Кстати, почитать книгу можно даже не используя гамак, а сидя всей семьей вечером у костра.

Сценарий четвертый: домашняя идиллия

Не хотите выходить из дома? Это ваше право. Организовать семейный отдых можно и в домашних условиях и вкусный семейный ужин здесь абсолютно не является главным показателем удачно проведенного времени в семейном кругу. Достаточно просто взять напрокат или скачать из Интернета любимый семейный фильм и со всеми членами семьи приступить к его просмотру, а после, в тесной обстановке обсудить главные сцены этого фильма.

Сценарий пятый: заключающий

Помните, куда бы вы ни отправились на отдых (будь то стены вашей квартиры или любимое заведение) фундаментом тихого и успешного отдыха всегда должно являться отличное настроение. Для спокойного семейного отдыха не стоит в себе таить целый багаж накопившихся обид и упреков. Такой отдых должен обязательно нести в себе возможность соединиться в единой гармонии с семьей и отрешиться от всех проблем и невзгод, а главное стать ближе к родным людям.