**Совместный активный досуг**  
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.  
Рекомендации родителям по организации активного семейного отдыха.  
Проведение совместного семейного отдыха – будь то семейные туристические походы, активный отдых на море, в горах, участие в спортивных семейных играх, например, «Папа, мама, я – спортивная семья», велосипедные прогулки, конные прогулки в лес и т.д. – благотворно действуют на дошкольников и их родителей.

**Родители совместно с детьми могут:**  
1. В зимнее время – совершать лыжные прогулки с детьми, кататься на коньках, на санках, совершать пешие прогулки в ближайший лес, парк, лепить во дворе снежные крепости, фигуры.  
2. В весеннее и осеннее время – брать детей с собой в однодневные туристические походы, совершать совместный отдых на море, на даче, организовывать совместные дворовые затеи с подвижными играми.  
3. В летнее время – загорать, плавать, устраивать шумные, подвижные игры на улице.  
4. Устраивать совместные семейные чтения о здоровом образе жизни. (Например, стихотворение А.Барто «Девочка чумазая» вызывет 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.)[Хочу такой сайт](https://сайтобразования.рф/)

В заключение хочется предложить родителям сформулированные семейные правила, касающиеся режима дня, закаливания, питания и других составляющих здорового образа жизни.