**KVALITETNO SLOBODNO VRIJEME PROVEDENO S OBITELJI**

Slobodno vrijeme ima odgojno-obrazovni utjecaj na djecu i mlade. Aktivnosti koje mladi biraju utječu na razvoj njihovih vještina, stavova i znanja. Slobodno vrijeme omogućuje pojedincu da se kreativno izražava i socijalizira kroz dijeljenje interesa sa drugim ljudima za određene aktivnosti. (Livazović, 2018)

S obzirom na odgojno-obrazovni aspekt provođenja slobodnog vremena, u nastavku vam predlažemo različite mogućnosti kvalitetnog provođenja i organizacije slobodnog vremena s obitelji.

**Razgovarajte sa svojom djecom**

Kad god pronađete vremena iskoristite ga za kvalitetan i iskren razgovor s djetetom. Govorite o sebi i svom danu. Osim što govorite djetetu, sjetite se poslušati što ono ima za reći. Ukoliko svakodnevno postavljamo djeci ista pitanja, dobit ćemo uglavnom iste odgovore i to, najčešće, onakve kakve mi želimo čuti. Dopustite djeci da govore o sebi, o tome što vole činiti, o svojim brigama. Uključite jedni druge u svoje aktivnosti.

**Stvorite vrijeme za igru**

* Zaigrajte s cijelom obitelji neku od društvenih igara (Čovječe ne ljuti se, karte, Pictionary, …) koje su vrlo vrijedne jer razvijaju mišljenje, pažnju, pamćenje i zaključivanje, ali i poštivanje pravila jer se uvažavaju drugi igrači te se dijete uči vladati vlastitim emocijama.
* Govornim igrama osim razvoja govora, bogaćenja rječnika, razvija se zaključivanje i pamćenje te koncentracija. Govorne igre – primjeri: Na slovo, na slovo; Kaladont; Započni riječ posljednjim slogom; Zamislio sam životinju; Pantomima …
* Održite obiteljsko natjecanje u pjevanju, plesanju ili pantomimi. Pobjednik može izabrati, od nekoliko ponuđenih aktivnosti, jednu po svojoj želji za sljedeći dan.
* Izradite obiteljski plakat (obiteljski kolaž). Zajedno izaberite najdraže slike s rođendana, proslava, svakodnevnog života, ukrasite slike, napišite datum o događaju te tako izradite kolaž i ovjekovječite zajednička sjećanja.

**Čitajte zajedno**

Razgovarajte o pročitanom, prepričavajte priče, igrajte se pričama: zamijenite imena ili osobine likova (Snjeguljica – zla, maćeha – dobra), izmislite novi završetak priče, ispričajte bajku u današnjem vremenu. Odredite vrijeme za čitanje (npr. vrijeme prije spavanja ili prije popodnevnog odmora) i uživajte u prisnosti koja se na taj način postiže između vas i vašeg djeteta. Dogovorite se unutar obitelji i neka se roditelji izmjenjuju u čitanju (npr. subotom i nedjeljom čita tata ili obrnuto). Također, cijela obitelj može uzeti 1 sat obiteljskog čitanja (svi članovi obitelji u isto vrijeme čitaju svaki svoju knjigu, novine ili časopise, a na kraju mogu porazgovarati o pročitanom). Ove aktivnosti razvijaju interes za čitanjem, stimulira razvoj govora, jezika, pomaže povećanju pažnje, koncentracije i znatiželje.

**Zajednički kućni poslovi**

Kućni poslovi su vrlo produktivan način za podučavanje odgovornosti kod djece. Ti poslovi trebaju biti u skladu s djetetovim uzrastom. Možete zamoliti dijete da vam pomogne u pripremi ručka, kolača, ukrasiti stan za blagdane, izraditi različite predmete… Ove aktivnosti nam omogućavaju da djecu podučimo odgovornosti, ali i razvijaju bolju komunikaciju i timski rad.

**Obiteljski hobi**

Obiteljski hobi odličan je za provođenje slobodnog vremena: to može biti kuhanje, vrtlarstvo, voćarstvo, njega cvijeća, košenje trave, izrađivanje predmeta…

Sport kod kuće

Zajedničke tjelesne aktivnosti važne su za razvoj djeteta, jer ne samo da jačaju tijelu već pomažu u izgrađivanju ličnosti, povećavaju motivaciju i upornost.

**Gledanje filmova**

Pogledajte zajedno obiteljski film. Analizirajte pogledano, razgovarajte o situacijama u filmu, kako biste vi postupili u toj situaciji, pitajte svoje dijete kako bi ono postupilo. Donesite zajednički zaključak filma i pouku dana.