

## ПАМЯТКА

### «Виды досуговой деятельности»

**Досуг** – возможность человека заниматься в свободное время разнообразной деятельностью по своему выбору. Виды досуговой деятельности классифицируются следующим образом:

#### 1. Отдых.

Снимает усталость и восстанавливает физические и духовные силы. Бывает пассивный и активный.

#### 2. Развлечения.

Имеют компенсационный характер и обеспечивают человеку смену впечатлений. Например, просмотр кинофильмов, посещение театров, музеев, экскурсии, путешествия и т. п.

#### 3. Праздники.

Сочетают в себе отдых и развлечения, позволяют человеку ощутить эмоциональный подъем. Праздники являются неотъемлемой частью семейного досуга. Распространено празднование дней рождений членов семьи (особенно – детей) и ряда государственных праздников, которые считаются «семейными» (Рождество и Новый год, 23 февраля и 8 марта и т. д.).

#### 4. Самообразование.

Приобщает людей к ценностям культуры и сочетает в себе приобретение знаний с развлечениями. Например, дети вместе с родителями организуют семейные викторины и ток-шоу (типа «Что? Где? Когда?»).

#### 5. Творчество.

Обеспечивает наиболее высокий уровень досуговой деятельности. Для современной семьи символом такой досуговой

деятельности выступают организация проектной деятельности детей и взрослых, участие в работе семейных творческих мастерских.