

Консультация для родителей “Летний отдых детей”



Мы осыпаем детей подарками, но самый ценный для них подарок – радость общения, дружбу – мы дарим нехотя и растрачиваем себя на тех, кому мы совершенно безразличны. Однако, в конце концов мы получаем по заслугам. Приходит время, когда нам больше всего на свете нужно общество детей, их внимание, и нам достаются те жалкие крохи, которые прежде приходились на их долю.

Марк Твен



Лето прекрасное время года. Долгожданный отдых - это заслуженная награда за долгие дни работы, быта, заботы. Семейный отдых – это максимально возможное количество времени, которое вы можете уделить своему ребенку. Для ребенка – это долгожданное событие, которое он тоже ждал весь год.



Летнее время – самое благоприятное для укрепления здоровья детей. Они особенно подвижны и жизнерадостны. Весь день они проводят на воздухе. Красота природы, тепло, чистый воздух, разнообразная пища – всё это оказывает благотворное влияние на детский организм. Купание, езда на велосипедах, игры с мячом, прыгалками занимают весь день, что приносит большую пользу здоровью ребёнка. Развивается вестибулярный аппарат, укрепляются мышцы. Развивается сила, равновесие, ловкость, выносливость, смелость. Создаётся бодрое, жизнерадостное настроение.

А чтобы отдых принес только удовольствие вам и вашему ребенку постарайтесь соблюдать некоторые правила:

- ❖ Если вы решили заниматься со своим ребенком, помните, что эти занятия должны быть короткими и проводить их лучше в утренние часы. Ваша задача

расширять кругозор детей, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребенка.

- ❖ Следует помнить, что выезжая за город, или путешествуя по миру, следует обсуждать с ребенком полученные впечатления.
- ❖ Всеми силами отвлекайте ребенка от телевизора и **компьютера**, проводите все свободное время на свежем воздухе, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в футбол. Лето – это укрепление здоровья ребенка и от того как он отдохнет во многом зависит его здоровье весь следующий учебный год.
- ❖ Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Ребенок должен спать не менее 10 часов.
- ❖ Выбирайте только те виды отдыха, которые устроят вас и вашего ребенка.
- ❖ Планируя экскурсию на отдыхе, обсудите с ребенком заранее, как он к этому относится, если реакция негативна, попробуйте найти компромисс. Попробуйте найти другую экскурсию, которая интересна и вашему ребенку. Советуйтесь с ребенком, будьте внимательным слушателем, ценность общения не в количестве времени, а в качестве общения (внимание, уважение, понимание).



Игры с магнитами, стеклом, резиной: «Испытание магнита», «Таинственные фигурки», «Попрыгунчики» (привязывают к длинной резинке предметы и, дергая за резинку, заставляют их подпрыгивать).

Игры с увеличительными и цветными стёклами: «Сыщики», «Мир в цветном стекле», «Волшебные картинки».

Игры с бумагой: изготовление фигурок по типу оригами, «Вертушки», «Гармошка», «Отпечатки», «Таинственные письма» (рисовать и писать на бумаге молоком, лимонным или луковым соком, нагревать бумагу и узнавать, что нарисовано), «Цветные брызги» (брызгать цветной краской на положенные силуэты, убирать их и получать изображения); экспериментирование с копировальной бумагой разного цвета (рисовать, изготавливая несколько копий и пр.); «Борьба с наводнением» (на пластиковой или стеклянной поверхности капли воды, дети ищут способ, чтобы осушить их).

Оборудование: бумага простая, бумага копировальная, увеличительное стекло, цветные стёкла, резинка длина 60 см. по количеству играющих детей, магнит, зеркала маленькие, ёмкости для воды (баночки, колбочки, пузырьки разной формы, разные фильтры. Игры «Теннис», «Бадминтон», футбольный мяч и футбольные ворота, баскетбольный мяч и корзина для баскетбола.



Игры с родителями – это неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение. Совместные игры сближают родителей и детей. Ваш ребенок придет в восторг, когда увидит серьезного папу, весело играющего в мяч. Для дошкольника «игра – единственный способ освободиться от роли ребенка, оставаясь ребенком». Для взрослого – «единственный способ стать снова ребенком, оставаясь взрослым».



Во что же можно поиграть с ребенком, чтобы это доставило радость вам и вашим детям? Выбирайте те игры, которые доступны вашему ребенку. Учитывайте, что у детей быстро пропадет увлечение, если они не испытывают радость победы. Вспомните игры, в которые **вы играли** в детстве, научите этим играм своего ребенка. Это доставит огромное удовольствие и ему, и вам, воспоминания детства очень приятны! Попросите ребенка познакомить вас с

играми, в которые **он играет в детском саду со своими сверстниками**. Будьте внимательным слушателем, ведь это самые ценные минуты вашего общения. Кроме отличного настроения игры способствуют улучшению взаимоотношений в семье, сближают детей и родителей. Предлагаем вам некоторый перечень игр, которые вы можете использовать с детьми во время летнего отдыха.

