

Консультация для родителей «Лето! Ах, лето!»



Лето- прекрасная пора и отличная возможность, чтобы отдохнуть, оздоровиться и весело провести время в компании со своим ребёнком. Каждому взрослому хочется с наибольшей пользой для своего ребёнка провести этот короткий период времени. На самом деле, есть много вариантов, чем заняться с детьми летом.

ОТДЫХ НА ВОДЕ

Лето - прекрасное время, чтобы научить ребёнка плавать, если он ещё не умеет. Находясь на водоёме, не забывайте напоминать ребёнку правила безопасного поведения на воде. А организуя игры на берегу, обязательно познакомьте ребёнка со свойствами песка(мокрый песок лепится, сухой- рассыпается);рассмотрите ракушки ,камушки , выложите из них узор. Отдых на воде - это не только приятное времяпрепровождение, но ещё и закаливание (купание, солнечные ванны, хождение босиком по песку и камешкам)



ПРОГУЛКИ ПО ЛЕСУ (ПАРКУ)

Прогулки по лесу или парку не только полезны для здоровья, но и очень познавательны. Устраивайте во время прогулки мини-экскурсию, рассказывая ребёнку о растениях и лесных обитателях. Во время прогулок больше беседуйте с детьми, рассматривайте и описывайте всё, что вам встречается, а придя домой, предложите ребёнку отразить в рисунках увиденное в лесу.

Не забывайте и о двигательной активности ребёнка(поиграйте вместе с ребёнком в подвижные игры, в бадминтон, в мяч, попрыгайте на скакалке).



СПОРТИВНАЯ ПЛОЩАДКА

Лето- хорошая возможность для укрепления здоровья ребёнка, развития у него физических качеств.

Регулярно выходите с ребёнком на спортивную площадку, поддерживайте интерес к спорту. Пусть ребёнок подтягивается на турнике, катается на роликах(велосипеде или самокате), бросает мяч в кольцо, прыгает на скакалке и др.



ОТДЫХ НА ДАЧЕ

Дача- прекрасное место для отдыха, наблюдений и посильного труда. Рассказывайте ребёнку о цветах, ягодах, овощах, которые растут на даче. Рассматривайте вместе насекомых. Для закрепления знаний можно поиграть в игры(«Угадай по описанию», «Съедобное-несъедобное», «Что нужно, чтобы сварить компот(щи)?» и др.) Дети очень любят помогать взрослым на даче, поэтому давайте ребёнку посильные поручения: полить цветы, собрать ягоды.



Постарайтесь делать фото и видеосъёмки ярких, интересных моментов, чтобы потом можно было вернуться с ребёнком к воспоминаниям о лете и прожить снова эти положительные эмоции. Так же свои впечатления ребёнок может передавать в рисунках, лепке, аппликации. Если вы будете вместе с ребёнком рисовать, лепить, клеить, то это вызовет у ребёнка наибольший интерес к продуктивной деятельности и у ребёнка будут закрепляться умения и навыки работы с красками, ножницами, клеем.



Уважаемые родители! Чтобы отдых принёс только удовольствие вам и вашему ребёнку, постарайтесь соблюдать некоторые правила:

- Если вы занимаетесь со своим ребёнком, помните, что занятия должны быть короткими и проводить их лучше в утренние часы.
- Выезжая за город, путешествуя по миру, следует обсуждать с ребёнком полученные впечатления. Тем самым вы расширите кругозор ребёнка, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребёнка.
- Отвлекайте ребёнка от телевизора и компьютера, проводите всё свободное время на свежем воздухе: гуляйте, катайтесь на велосипеде, купайтесь и т.д.
- Старайтесь соблюдать режим дня. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление.
- Следите за питанием ребёнка. Чрезмерное употребление мороженого и газировки не принесут здоровья вашему ребёнку (давайте больше свежих овощей, фруктов, ягод)
- Планируя экскурсии на отдыхе, учитывайте интересы вашего ребёнка.
- Беседуйте с ребёнком о правилах безопасного поведения (в лесу, на даче, на водоёмах, на экскурсиях).

Хорошего вам отдыха!!!

Помните!!! Отдых- это хорошо! Неорганизованный отдых- плохо!

Воспитатель высшей
квалификационной категории
Газеева Наталья Николаевна