

Консультация для родителей:

# «Летний отдых с пользой»



Скоро наступят летние денечки. Дети (и, конечно, родители) могут, наконец, расслабиться. Это прекрасное время, которое обожают все. Однако возникает другая проблема: чем занять освободившееся время, как проводить летние дни интересно, насыщенно и полезно?

Самое важное, на, что нужно обратить внимание летом — здоровье детей. Первым делом позвольте детям хорошенько отоспаться, побольше двигаться и радоваться.

Предлагаем вам несколько идей, при организации детского отдыха обязательно попробуйте и оцените их вместе с детьми.

### **Поиграйте с детьми:**

**«Назови деревья».** Ребенок называет деревья, растущие во дворе (*городе, лесу, парке, деревне*). Совместно со взрослым рассматривают ствол, листья, определяют их цвет, форму, размер.

**«Наоборот».** Ребенок в ответ на предложенное вами слово, должен предложить свое, противоположное по смыслу. Например, утро – ночь, солнце – луна, твёрдый — мягкий и т.д.

**«Четвертый лишний».** Взрослый называет 4 предмета, три из которых связаны каким-либо признаком, а четвертый из другой категории, ребенок должен выделить лишний предмет и аргументировать свой ответ. Например, снег, дождь, сапоги, град; дерево, цветок, кустарник, камень и т.п.

**«Жук и бабочка».** Рассмотрите насекомых и найдите отличия: бабочка белая, желтая, крылышки тонкие; жук меньше бабочки, крылья жесткие; бабочка летает, жук ползает, летает, жужжит и т.

Проводя игры и упражнения с детьми, важно, чтобы дети отвечали полным ответом, верно проговаривали слова, правильно строили предложения и могли аргументировать ответ.

### **“Умные” игры для всей семьи**

Настольные игры — увлекательное занятие, которое развивает ребенка и сплачивает всю семью. Одной из самых признанных стратегических настольных игр являются шахматы. Они учат думать, планировать наперед, принимать решения и искать выход из сложной ситуации. Ваш ребенок еще не умеет играть в шахматы? Каникулы — самое время научить его. А что, если родители тоже никогда не играли в эту игру? Это прекрасная возможность освоить шахматы вместе с ребенком. Благодаря видеоурокам вы сможете понять принцип и базовые правила игры. Останется лишь набраться опыта в ежедневных шахматных турнирах с ребенком.

### **Время для любимого увлечения**

Как же здорово наконец иметь кучу времени для хобби. Предоставьте ребенку возможность вдоволь рисовать, танцевать или собирать из LEGO невероятные конструкции. А если ребенок все еще не нашел себя? У него есть масса времени для поисков! Предлагайте ему каждый день делать что-нибудь новое: готовить, лепить, сочинять стихи, делать фотографии. У детей огромный выбор интересных и полезных занятий: от традиционного ткачества до современного программирования. Разнообразный и увлекательный досуг обеспечен.

### **Вечер правильного фильма**

Обязательно организуйте просмотр хорошего семейного фильма хотя бы раз в неделю. Выбирайте что-нибудь тематическое или просто тяните жребий. Это могут быть старые добрые советские фильмы для детей (“Усатый нянь”, “Сказка о потерянном времени”) или современные киношедевры (“Миа и белый лев”, “Там, где живут чудовища”). Важно, чтобы фильм был поучительный. После просмотра уделите несколько минут на обсуждение: чем удивил, чем понравился или не понравился сюжет. Внимательно выслушайте мнение маленького зрителя.

### **Один новый навык в неделю**

Нет лучшего времени для самосовершенствования, чем карантин, каникулы и отпуск. Взрослые могут найти много “пробелов” в знаниях, недостающих навыков, которые им хотелось бы приобрести или улучшить. У детей есть немало таких умений, нуждающихся в совершенствовании. Потратьте одну неделю на то, чтобы приучить ребенка самостоятельно заправлять постель утром. Следующую неделю обучайте ребенка аккуратно склеивать детали. Еще одну неделю уделите навыкам гигиены: дети должны чистить зубы по утрам или мыть ноги по вечерам. Можно найти много таких небольших и несложных задач, которых хватит на каждую неделю летних каникул.

### **Игры с пуговицами**

Многим детям очень нравится играть с пуговками. Не лишайте их этого удовольствия, а превратите их интерес с пуговицами в увлекательные игры.

➤ «Какой пуговицы не стало?». Перед ребенком выкладываются пуговицы. Количество зависит от индивидуальных возможностей вашего малыша.

Начинаем с 4-5 пуговиц. Предлагаем ребенку посмотреть на пуговицы внимательно и запомнить их. После чего предлагаем ребенку закрыть глаза. В это время убираем одну пуговицу. Открыв глаза, ребенок описывает пуговицу, которой не стало.

➤ «Какая пуговка появилась?». Для этого перед ребенком выкладываются пуговицы (количество зависит от индивидуальных возможностей вашего малыша, начинаем с 3-5 пуговиц). Предлагаем ребенку посмотреть на пуговицы внимательно и запомнить их, проговаривая вслух ряд пуговиц слева направо. После чего предлагаем ребенку закрыть глаза. В это время кладем ещё одну пуговку на стол. Открыв глаза, ребенок описывает пуговицу, которая появилась

### **Повторение пройденного материала**

За время каникул нужно не только хорошенько отдохнуть, но и не растерять накопленные знания. Летний отдых должен непременно включать в себя и регулярные занятия дома. А чтобы у ребенка не возникало ощущения обязанности, воспользуйтесь приложениями и развивающими играми.

1. <http://www.boltun-spb.ru/> Болтунишка: учебно-методические статьи, конспекты занятий, полезные материалы
2. <http://games-for-kids.ru/> Весёлые уроки: развивающие игры, задания для детей
3. <http://www.detiseti.ru> Дети сети
4. <http://www.logozavr.ru/> Логозаврия: сайт детских компьютерных игр
5. <https://mersibo.ru/> Мерсибо: развивающие детские онлайн – игры, вебинары
6. <https://www.r-rech.ru/> Развитие речи: упражнения и игры для развития речи, занятия с детьми
7. <https://solnet.ee/> Солнышко: детский портал
8. <http://igraem.pro/> Развивающие онлайн-игры для детей
9. [http://www.frepy.eu/part\\_ru.html](http://www.frepy.eu/part_ru.html) Планета детских игр
10. <https://www.igraemsa.ru/> Детские развивающие игры

### **Совместные мастер-классы**

Вашему ребенку нравится готовить? А может он с удовольствием смастерил уже пятый скворечник? Из любой затеи можно организовать веселое семейное мероприятие. Устройте соревнования, запишите видео-урок, найдите необычные способы создания привычных вещей. Главное условие — делать все вместе и весело.

### **Поход прямо дома**

Когда хочется разнообразия, можно устроить летний поход или пикник не выходя из дома. Откройте окна, включите фантазию, вооружитесь палаткой, спальными мешками и хорошим настроением. Разумеется, костер на полу жечь не нужно, его симитирует настольная лампа. Что можно делать в таком походе? Петь песни, рассказывать забавные истории, есть вкусную “походную” еду и сладко спать прямо на полу.

### **Музей на диване**

Если есть потребность получить эстетическое наслаждение, узнать новое или просто интересно провести время — прогуляйтесь с ребенком по самым известным мировым музеям. Это возможно благодаря виртуальным трансляциям.

Современные технологии помогают обеспечивать культурный досуг прямо в вашем доме.

Берите на вооружение следующий список - дела, которые можно делать летом вместе с ребёнком.

**Десятки идей, которые помогут сделать интересными буквально каждый летний день!**

- Собирайте... что угодно. Если рядом есть лес - грибы и ягоды, если огород - что-нибудь с грядок и травы для сушки к зимнему чаю, если нет ничего - то просто палочки или камешки в парке.
- В жаркую погоду устройте свой собственный дождь. Облейте всех из шланга или дождевальная установки.
- Устройте ежедневный тихий час.
- Попробуйте готовить овощные котлетки - летом вариантов много! Или приобретите детскую кулинарную книгу и готовьте вместе с ребёнком. Научите детей что-нибудь готовить, в зависимости от возраста: от бутербродов до полноценных ужинов. Научитесь делать вкусные молочные коктейли; летом они - лучшее лакомство, вам после них даже никакое мороженое не понадобится! А также пригодится умение готовить лимонады и замораживать лёд из разных соков. И домашнее мороженое. Почаще пеките домашнее печенье и другие сладости, пироги с летними ягодами и торты, научитесь делать конфеты. И делать интересно, и полезнее они (да и вкуснее!), чем из магазина
- Переставьте мебель в квартире. Ну, хотя бы совсем немного! Пусть дети сами придумают план, что и как можно переместить.
- Устройте день мыловарения! Может быть, это хобби увлечёт вас всерьёз?..
- Устройте конкурс головоломок - кто быстрее решит головоломки?
- Играйте в настольные игры. Это не только шашки, шахматы и Монополия. Их тысячи! И они такие интересные!
- Соберите корзинку для пикника и съешьте свой завтрак или обед в непривычном месте, например, где-нибудь в парке, на природе. Или даже просто в собственном дворе.
- Посадите овощи или травы. Если нет дачи, то на подоконнике или на балконе. То же касается и декоративных цветов. Выбирайте семена, грунт - и выращивайте растения.
- Рисуйте мелом на асфальте. Упаковка мела для улицы дома должна быть обязательно: это одно из лучших летних развлечений. Для асфальта подходит любой мел, в том числе и тот, которым пишут на досках. Лучше всего выбрать упаковку с цветными мелками.

- Устраивайте научные эксперименты - запаситесь детскими научными книгами и наборами для опытов.
  - Пересмотрите вместе с ребенком семейный фотоархив. Это занятие исключительно полезно для всех членов семьи. Возвращение к лучшим мгновениям прошлого делает человека причастным к жизни семейной системы, сильней и уверенней в себе
  - Заведите традицию семейного чтения вслух. Для этого подходят сказки, классика, детские книги.
  - Вспомните все подвижные игры (от кольцебросов и городков до тенниса и футбола) и найдите место, где можно в них играть. В какие-то активные игры можно играть и дома.
  - Купите скакалку и берите её с собой на улицу, научите ребёнка прыгать через скакалочку. Мальчика на это не уговоришь, а девочки будут прыгать с большой радостью. Посмотрите и на другой мнастический инвентарь; все эти товары очень полезны для физического развития детей.
  - Пускайте мыльные пузыри. Из простого пузырька или цельной мыльной машины!
  - Займитесь бисероплетением, созданием бус и других украшений. Плетите из цветных резиночек. В каталогах очень много идеи и готовых наборов для того, чтобы научиться разным способам создания украшений из разных материалов.
  - Если вы летом живёте за городом, организуйте новое место для игр. На чердаке своего дома, во дворе... Высший пилотаж - соорудить домик на дереве!
  - Постройте огромный замок из Лего - из всех кирпичиков, что есть у вас дома.
  - Освойте новые навыки - научите ребёнка показывать фокусы, жонглировать, крутить обруч, и т.д.
  - Запускайте воздушного змея.
  - Бегайте во дворе, играя в разные игры с мячом, а также летающими тарелками-фрисби, бумерангами.
  - Делайте бумажные самолётики. Если не умеете, возьмите книгу; интересных способов - масса. Освойте разные способы конструирования из бумаги.
  - Фотографируйтесь, распечатывайте фотографии, делайте для них красивые рамки, дарите бабушке.
  - Устройте поиски сокровищ - по дому или во дворе. Сначала, конечно, вам нужно спрятать то, что ребёнок сможет в итоге отыскать.
- И поменьше произносите слово «*нельзя*»! Если уж, действительно, ребенок делает что-то запретное, предложите ему альтернативное занятие. Ведь лето – это пора отдыха, увлечений и приключений!

Совместная деятельность родителей и детей во время летнего отдыха может стать прекрасной школой общения и взаимопонимания. Лето можно использовать для развития полезных житейских навыков детей, развития

самостоятельности. Появление у ребенка собственных обязанностей дает ему понять, что он является важным членом своей семьи, так как вносит посильную лепту в ее жизнедеятельность. Когда дети чувствуют, что нужны семье, то и готовы помогать ей всеми имеющимися у них силами. Посоветуйтесь с ребенком о меню пикника или семейного обеда. Пусть он сам выбирает себе блюдо за праздничным столом и подбирает одежду, соответствующую погоде. Пусть поучаствует в закупке необходимых продуктов, предметов для обустройства дома. Умение делать самостоятельный выбор развивает в человеке чувство самоуважения. Позволяйте ребенку чувствовать себя взрослым и самостоятельным. Но и приучайте его считаться с интересами семьи и учитывать их в повседневной жизни.

Во время летнего отдыха вы можете оказать влияние и на развитие мотивации к учебной деятельности. Для этого ненавязчиво подчеркивайте важную роль хорошего образования в жизни; будьте внимательны к склонностям и интересам вашего ребенка, способствуйте их развитию, через них осваивая все более широкие области знания. Поощряйте его любознательность. Обсуждая с ребенком планы на будущее, обращайтесь его внимание на привлекательность имиджа образованного, независимого, самостоятельного, делающего успешную карьеру человека.

Самое главное в жизни - ребенок всегда должен чувствовать вашу поддержку, ваше крепкое плечо, на которое можно опереться в трудные моменты жизни. Станьте ребенку другом, советчиком, мудрым наставником, и тогда он в будущем превратится в такую личность, в такого человека, которым вы сможете гордиться.