**МДОУ «Детский сад №120»**

**Консультация**

**«Чем занять детей летом»**

**Подготовила: воспитатель Шубникова В.В.**

**2019г.**

Каждый ребенок с нетерпением ждет лета. Вместе с тем, для родителей лето- это очередная головная боль в поисках ответа на вопрос: «Чем занять детей летом?» Семейный отдых- это максимально возможное количество времени, которое вы можете уделить своему ребёнку. Для ребёнка – это долгожданное событие, которое он ждал весь год.

Чтобы отдых принёс удовольствие вам и вашему ребёнку постарайтесь соблюдать некоторые правила:

- Если вы решили заниматься со своим ребёнком, 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 ребёнка.

- Выезжая за город или путешествуя, желательно обсуждать с ребёнком полученные впечатления.

- Всеми силами отвлекайте ребёнка от телевизора и компьютера, проводите всё свободное время на свежем воздухе, катайтесь на велосипеде, играйте в футбол. Лето – это укрепление здоровья ребёнка и от того, как он отдохнёт, зависит его здоровье на следующий год.

- Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно будет к нему возвращаться. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Ребёнок должен спать не менее 10 часов.

-Следите за питанием ребёнка. Мороженое, фаст-фуд не принесёт здоровья вашему ребёнку.

- Выбирайте только те виды отдыха, которые устроят вас и вашего ребёнка.

Существуют следующие варианты, как провести лето с пользой.

1. **Отдых на море**. Многие семьи отправляются летом на юг. Собираясь на отдых, позаботьтесь о том, чтобы в программе вашего отдыха присутствовали экскурсии, развлекательные мероприятия. Планируя отдых, обсудите с ребёнком его заранее. Советуйтесь с ребёнком, будьте внимательным слушателем, так как ценность общения не в количестве проведённого времени, а в качестве общения.

2. **Отдых на даче.** Загородный дом- это возможность привлечь ребёнка к отдыху на природе, здесь могут быть следующие развлечения: походы в лес за грибами или ягодами, купание в речке, совместный труд.

3. **Город.** Чтобы ограничить пребывание ребёнка у телевизора, давайте ему мелкие домашние поручение – уборка квартиры, выгулять собаку, вынести мусор.

Игры с родителями – это неотъемлемая часть развития детей, это и укрепление здоровья, и хорошее настроение. Совместные игры сближают родителей и детей. Ваш ребёнок придёт в восторг, когда будет играть в мяч с папой. Отправляясь на отдых с детьми за город, не забывайте взять необходимые атрибуты для игры: мяч, ракетки. Выбирайте игры, которые доступны вашему ребёнку. Учитывайте, что у детей быстро пропадает увлечение, если они не испытывают радость победы. Научите ребёнка играть в игры, в которые вы играли в детстве. Будьте внимательным слушателем, ведь это самые ценные минуты вашего общения. Кроме отличного настроения, игры способствуют улучшению взаимоотношений в семье, сближают детей и родителей.

Предлагаю некоторые игры и упражнения , которые вы можете использовать с детьми.

**Мяч**. Можно играть в футбол, прыгать через мяч, бросать в кольцо. Игры «Кто дальше», «Кто выше». Игры можно усложнять, попросив ребёнка подбросить вверх мяч, и ловить его двумя руками, одной рукой, отбить (не ловить), можно играть в игру «Съедобное - несъедобное». Съедобное – ловим, несъедобное – отбиваем.

**Обруч**. Обруч хорошо подходит для летних прогулок, его можно крутить на талии, шее, руках и ногах. Через него можно прыгать, как через скакалку. Обруч можно подбрасывать, катать, прыгать через него , использовать в различных играх.

**Прыгалка.** Прыжки через скакалку – не только забава, это ещё полезное гимнастическое упражнение. Длину скакалки нужно регулировать под ребёнка.

**Лейка.** Ребенок может поливать растения, мочить песок для «куличиков», рисовать узоры водой на песке или на асфальте.

**«Собираем сокровища»**. Это могут быть камешки, листики, палочки, шишечки, семена растений. Собирая эти «сокровища», детально рассказывайте ребёнку о каждом предмете. Дома этот «клад» можно использовать для творчества.

**Рисуем на природе. Краски вокруг нас.** Если вы отдыхаете с ребёнком на даче, вынесете на улицу мольберт, бумагу, краски и пусть ребёнок рисует всё, что видит вокруг: небо, яблоню, смородину. Пусть старается передавать не форму, а цвет.

**Кормим птиц**. Дайте ребёнку хлеба или пшено, или семечки и пусть ребёнок бросает их понемногу то левой, то правой рукой. Это занятие развивает мелкую моторику ребёнка. Кормление птиц прививает нежность и заботу, учит любить природу, ещё это интересно и познавательно – ведь ребёнок сможет наблюдать поведение птиц в непосредственной близи: одни смелые и шустрые, другие пугливые.

**Наблюдаем за машинами.** Поговорите с ребенком о назначении той или иной машины. Какие виды транспорта ему известны. Обсудите цвет, скорость, сравните размеры, найдите отличия.

**Сосчитай.** На прогулке можно считать камушки, палочки формочки и т.д.

Строем из песка. Если вы проводите время на даче – без песочницы не обойтись. Здесь ребёнок учится играть формочками, понимать, что из мокрого песка строить легче чем, из сухого.

**Рисуем камушками**. Попросите ребёнка сделать рисунок из камушков, выкладывая их на земле.

**Рисуем ногами**. Устройте конкурс художников, условие в том, что ребёнок должен нарисовать рисунок только ногами.

**«Венок для феи».** Из проволоки сделайте основу по размеру головы ребёнка. Уложите на проволоку пучки травы, небольшие букетики цветов , венок лучше держать в левой руке, а нитку правой.

Картина из засушенных семян. Не выбрасывайте ненужные семена. Раскладывайте их по коробочкам в зависимости от вида, цвета и размера. Ими можно украсить разные баночки, крышки. Нанесите слой глины или пластилина на основу. Пусть ребенок расположит семена, как уму подскажет фантазия.

**«Первобытное письмо»**. Дайте ребёнку палочку. Расскажите, что в древности истории рассказывали в виде рисунка, пусть и он попробует нарисовать вам письмо. А вы попробуйте догадаться, о чём письмо. Устройте конкурс на лучшего толкователя писем.

Список использованной литературы:

1. Дошкольное воспитание «Активная форма отдыха», №5-2007 г., с.35-39.

2.Менджерицкая Д.В. Воспитателю о детской игре, М.: 1982 г.