

«Как провести лето с ребёнком»

Лето – время отдыха и новых впечатлений для детей. Родителям дошкольников желательно планировать летние активности, учитывая интересы ребёнка и не забывать о режиме дня и безопасности. Важно помнить, что лето – это время для восстановления сил и укрепления здоровья, поэтому стоит избегать перегрузок и перегрева. Вот некоторые советы:

- + **Совместное планирование:** обсудите с ребёнком летние планы, дайте ему возможность высказать свои пожелания и предложения.
- + **Разнообразие занятий:** чередуйте активный отдых на свежем воздухе с творческими занятиями, чтением, играми и прогулками.
- + **Поддержка самостоятельности:** позвольте ребёнку самому выбирать игры, книги, одежду и т.д., чтобы он чувствовал себя более уверенно и ответственно.
- + **Безопасность:** обратите внимание на безопасность ребёнка на воде, на солнце, при играх на улице.
- + **Режим дня:** постарайтесь сохранить более-менее привычный режим дня, чтобы ребёнку было проще вернуться к учебному процессу в сентябре.
- + **Ограничение гаджетов:** установите чёткие временные рамки для использования гаджетов, чтобы ребёнок не проводил всё лето в виртуальном мире.
- + **Общение:** проводите больше времени вместе, играйте, читайте, гуляйте, общайтесь и создавайте тёплые воспоминания.
- + **Развитие:** используйте лето для развития творческих способностей, мелкой моторики, памяти и внимания.
- + **Позитивный настрой:** создайте позитивную атмосферу, поддерживайте ребёнка, хвалите его за достижения и не ругайте за неудачи.

Примеры летних активностей

+ **Творчество:** рисование, лепка, аппликация, поделки из природного материала.

+ **Активный отдых:** прогулки, игры на свежем воздухе, купание, поездки на природу

Лето – самое удачное время для походов с ребёнком в лес. В результате таких походов ребёнок существенно расширит свои знания об окружающем мире. В это время взрослому желательно задавать наводящие вопросы, учить ребёнка отличать и сравнивать предметы, тем самым способствуя развитию наблюдательности, внимания, мыслительных процессов совместно с игровой деятельностью. Кроме того, с ребёнком полезно собирать различный природный материал (шишки, листочки, веточки и т.д.), который потом можно использовать при занятиях творчеством.

+ **Обучение:** чтение книг, разучивание стихов и песен, посещение музеев и выставок;

+ **Игры с песком и водой:**

Маленьким детям дошкольного возраста будет интересно возводить замки из песка. Такие игры не только радуют детей, но и способствуют развитию мелкой моторики рук, что, несомненно, положительно скажется и на общем развитии ребёнка. Дети постарше также с удовольствием будут заниматься строительством из песка и воды. При этом такую игру можно разнообразить, устроив, например, соревнование с детьми, предложив им построить самую высокую или самую красивую башню.

На пляж можно взять и большой надувной мяч, игры с которым понравятся и дошколятам и детям постарше. Игры с мячом способствуют развитию ловкости, реакции и координации движений.

Коллективные игры на свежем воздухе:

Детям особенно нравятся подвижные игры на улице: «Салки», «Прятки», «Светофор», «Краски» и др. Такие игры развивают у ребёнка социальные навыки, учат разрешать конфликты, возникающие в процессе игры, контролировать свои действия и выполнять определённые правила, способствуют развитию памяти, мышления и речи, дают ребёнку возможность научиться дружить и заводить друзей.

Совместное и активное времяпрепровождение с родителями оставит самые яркие впечатления о лете, которые ваш ребёнок будет с радостью вспоминать!

 **Самостоятельность:** поручения по дому, участие в семейных делах, планирование своего времени.

Играя, мы общаемся с детьми на их территории. Вступая в мир детской игры, мы многому можем научиться сами и научить наших детей. Разыгрывайте с детьми ваши семейные события и придуманные истории. Позволяйте ребёнку свободно выражать свои чувства, не одёргивайте его, не пытайтесь читать мысли, а, наоборот, эмоционально сближайтесь с ним. Поощряйте детскую инициативу, чётко следуйте избранной вами роли в игре и не «соскальзывайте» с неё на свою реальную позицию взрослого.

Важно помнить: Лето – это время для радости и новых впечатлений.

Создайте для своего ребёнка незабываемые летние каникулы, наполненные позитивными эмоциями и полезными занятиями!



Теплого и солнечного лета Вам и хорошего отдыха!

По материалам, находящимся в свободном доступе