

**Лето - время путешествий**, отдыха, закаливания и оздоровления детей. Планируйте летний отдых вместе с детьми. Очень важно, чтобы родители с наибольшей пользой распределили драгоценное каникулярное время. В целях предотвращения психологического дискомфорта, конфликтов, заболеваний следует ребенка заранее подготовить к летнему отдыху.

### **Продолжительность воздушно-**

**солнечных ванн** увеличивайте постепенно: с 3–5 до 20–40 минут. Избегайте периода с 12 до 15 часов, когда солнце очень активно. При необходимости нанесите детский солнцезащитный крем. Из широкого спектра возможностей выберите те виды летнего отдыха, развлечений, занятий, которые устроят Вашего ребёнка и Вас.

### **Учитывайте склонность детей к**

**активным видам отдыха.** Совместная деятельность родителей и взрослеющих детей во время летнего отдыха может и должна стать прекрасной школой общения и взаимопонимания.

### **Лето дает Вам возможность оце-**

**нить возросший уровень возможностей Вашего ребёнка**, преодолеть старые стереотипы детско-родительских отношений, оценить ребёнка как возможного или уже состоявшегося помощника.

Успешность работы в видах деятельности, не связанных с учебной, может стать важнейшим средством профилактики неуверенности, тревожности, заниженной самооценки.

### **Не рекомендуется допускать значительных отклонений в режиме дня:**

**время** пробуждения и отдыха ко сну должны быть примерно такими, как во время учебного года, или изменены в разумных пределах.

### **Следует обратить внимание**

**на питание ребёнка.** Летом происходит усиленное выделение пота с минеральными солями. Эти потери организму надо компенсировать. В жаркую погоду для утоления жажды давайте ребёнку очищенную негазированную воду. Польза фруктов и овощей для детей. Фруктовые, ягодные и овощные соки содержат все натуральные вещества свежих плодов, оказывают оздоровляющее действие на организм. Свежие овощи и фрукты обязательно включайте в ежедневный рацион летом. Это доступные источники углеводов, ферментов и витаминов для детского организма. Кабачки, морковь, картофель, брокколи подвергайте тепловой обработке. Помидоры, редис, огурцы, листья салата, лук дети потребляют в свежем виде.

**БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ И СЧАСТЛИВЫ!**

МБОУ «ВОК» СП Детский сад №3, корпус №4

## **Советы для любящих родителей «Лето, ах, лето!»**



Составила воспитатель  
Чудинова Ирина Аркадьевна  
Пермский край, г. Верещагино  
муниципальное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
«Верещагинский образовательный  
комплекс»  
СП Детский сад №3, корпус №4  
июнь, 2020 г.

## **ВОЗЬМИТЕ НА ЗАМЕТКУ**

**Вот и наступило лето.** Это прекрасная пора для игр и развлечений, но когда отдых несет в себе и развитие – он становится еще полезнее.

**Лето** – это масса времени для непринужденных бесед и занятий с ребенком на свежем воздухе. У всех есть возможность гулять с детьми, играть с ними на природе. Важно организовать с детьми игры – полезные для развития, расширяющие кругозор и знания ребенка об окружающей красоте природы.

**Гуляя в парке, у реки, да и просто во дворе** можно найти множество предметов и объектов живой природы, чтобы их описать, составить предложение, придумать рассказ или развить мелкую моторику.

**Полезно** проводить разнообразные наблюдения за погодой, сезонными изменениями в природе, растениями, птицами, животными, людьми. Все это нужно комментировать, обсуждать, оформлять в виде беседы. Новые, незнакомые ребенку слова следует объяснять, повторять несколько раз, научить ребенка понятно выговаривать их. Полезно вслушиваться в звуки улицы: шелест листьев, голоса птиц, звуки ветра, дождя и т.д. это развивает слуховое внимание.



## **Поиграйте с детьми:**

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

**«Какая трава?».** Обратит внимание ребенка на траву, на ее свойства и признаки. Дать ребенку возможность пощупать ее, сравнить между собой.

**«Аромат».** Предложить ребенку понюхать различные растения: цветы, траву, листья деревьев, кору. Это развивает чувство обоняния, а если ребенок будет подбирать к каждому аромату прилагательные, то расширится и активный словарь.

**«Построй фигуру».** Загорая на пляже или играя в песочнице, предложите ребенку построить замки: высокий, ниже и низкий. Прорисовать окошки определенного количества(формы). Пусть ваш малыш назовет все фигуры, пересчитает окна, двери. Сделает крышу заданной формы и т.д. Это способствует математическому развитию и навыку счета.



**«Что видишь?».** Вы с ребенком по очереди называете определенные объекты природы (например, все зеленые, или круглые и т.п.). «Наоборот». Ребенок в ответ на предложенное вами слово, должен предложить свое, противоположное по смыслу. Например, утро – ночь, солнце – луна, твердый - 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.

**«Назови признак».** Предложить ребенку назвать признаки лета, воды, растений и т.д.

**«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.. Аналогичным способом можно сравнить другие объекты природы.

**Проводя игры и упражнения с детьми, важно,** чтобы дети отвечали полным ответом, верно проговаривали слова, правильно строили предложения и могли аргументировать ответ. Старайтесь поощрять ребенка добрым словом, улыбкой, одобрением. Играйте больше, будьте с ребенком позитивны и радуйтесь его успе-