

# ПОЗНАВАТЕЛЬНОЕ ЛЕТО



## Уважаемые родители!

Данный материал, поможет Вам интересно организовать летний отдых с ребенком.

Игры с родителями – это неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение. Совместные игры сближают родителей и детей. Ваш ребенок придёт в восторг, когда увидит серьёзного папу, весело играющего в мяч. Для дошкольника «игра – единственный способ освободиться от роли ребёнка, оставаясь ребёнком». Для взрослого – «единственный способ стать снова ребёнком, оставаясь взрослым».

Отправляясь на отдых с детьми за город, с компанией, на забывайте взять с собой необходимые атрибуты для игры, это могут быть мячи, ракетки, а также многое другое, на что хватит выдумки.

Во что же можно поиграть с ребёнком, чтобы это доставило радость вам и вашим детям?

- Выбирайте те игры, которые доступны вашему ребёнку.
- Учитывайте, что у детей быстро пропадёт увлечение, если они не испытывают радость победы.
- Вспомните игры, в которые вы играли в детстве, научите этим играм своего ребёнка. Это доставит огромное удовольствие и ему, и вам, воспоминания детства очень приятны!
- Попросите ребёнка познакомить вас с играми, в которые он играет в детском саду со своими сверстниками.
- Будьте внимательным слушателем, ведь это самые ценные минуты вашего общения. Кроме отличного настроения игры



способствуют улучшению взаимоотношений в семье, сближают детей и родителей.

*Предлагаем вам некоторый перечень игр, которые вы можете использовать с детьми во время летнего отдыха.*

### Игры с мячом



#### «Съедобное – несъедобное»

Это одна из древних игр. Её правила довольно просты. Игроки стоят в ряд, ведущий кидает мяч по очереди каждому из игроков, при этом произносит какое-нибудь слово. Если слово «съедобное», игрок должен поймать мяч, если «несъедобное» – оттолкнуть. Если игрок ошибается, то он меняется местами с ведущим.

#### «Назови животное»

Можно использовать разную классификацию предметов (города, имена, фрукты, овощи и т. д.). Игроки встают по кругу и начинают передавать мяч друг другу, называя слово. Игрок,

который не может быстро назвать слово, выбывает из игры. Играя в такую игру, вы расширяете кругозор и словарный запас своего ребенка.

### «Догони мяч»

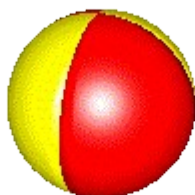
Если у вас на отдыхе оказалось два мяча, можно поиграть в эту игру. Правила очень просты. Игроки передают по команде мяч друг другу, стараясь, чтобы один мяч не догнал другой.

### «Проскачи с мячом» (игра-эстафета)

Игроки делятся на две команды. У каждой команды по мячу. Поставьте первыми в команде детей. Определите место, до которого необходимо «доскакать». По команде игроки начинают прыгать с мячом, который зажат между коленями. Выигрывает команда, которая быстрее справилась с заданием, не уронив мяч.

### «Вышибалы»

Игроки делятся на две команды. Одна команда встает посередине, другая команда с мячом встает с двух сторон. Команда с мячом старается попасть мячом, «вышибить» игроков из центра. Потом команды меняются местами.



Это совсем небольшой перечень игр с мячом, которые вы можете провести с детьми на отдыхе. Фантазируйте, придумывайте свои игры, и вам обеспечено хорошее настроение.

Также можно использовать и многое другое для совместных игр. Если вы отдыхаете в лесу, посмотрите вокруг, наверняка

вы найдете там шишки. Устройте соревнование. «Кто больше соберет шишек». Проведите игру «Самый ловкий». Найдите пенёк и поставьте на него пластиковую бутылку. А теперь постарайтесь сбить её шишкой на расстоянии. Используйте для игр желуди, камешки, веточки, фантазируйте вместе с детьми.

Познакомьте детей с русскими народными играми: «Горелки», «Чехарда».

Вспомните игры, в которые играли сами в детстве: «Садовник», «Краски», «Бабушка, нитки запутались», «Жмурки». Ваш ребёнок будет в восторге, а вы снова окажитесь в детстве. Отличное настроение обеспечено и вам, и вашему ребёнку.

Также необходимо помнить, чтобы отдых принёс только 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.
- Следует помнить, что выезжая за город, или путешествуя по миру, следует обсуждать с ребёнком полученные впечатления.
- Всеми силами отвлекайте ребёнка от телевизора и компьютера, проводите все свободное время на свежем воздухе, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в футбол.
- Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание

развивает неврозы, возрастает утомление. Ребёнок должен спать не менее 10 часов.

- Следите за питанием ребенка. Мороженое, газировка, фаст-фуд не принесут здоровья вашему ребенку.
- Выбирайте только те виды отдыха, которые устроят вас и вашего ребёнка.
- Планируя экскурсию на отдыхе, обсудите с ребёнком заранее, как он к этому относится. Если реакция негативна, попробуйте найти компромисс. Попробуйте найти другую экскурсию, которая интересна и вашему ребёнку. Советуйтесь с ребёнком, будьте внимательным слушателем, ценность общения не в количестве времени, а в качестве общения (внимание, уважение, понимание).

### **Помните:**

- Отдых – это хорошо. Неорганизованный отдых – плохо!
- Солнце – это прекрасно. Отсутствие тени – плохо!
- Морской воздух, купание – это хорошо. Многочасовое купание – плохо!
- Экзотика – это хорошо. Заморские инфекции – опасно!



**Желаем вам интересного лета, хорошего настроения, здоровья!**