

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад комбинированного вида № 6 «Здоровье» города Ставрополя

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ЗДОРОВЫЕ КАНИКУЛЫ»

Чем занять дошкольника летом?

Лето время отдыха, и особенно этой поре радуются дети. Многие родители задумываются, чем занять дошкольника летом, как организовать его досуг с пользой?

Первое, что следует обеспечить ребенку – это режим дня. Важно, чтобы дошкольник учился организованности и планированию своего дня. Не секрет, что большую часть времени летом дети любят проводить на улице, поэтому неотъемлемой частью распорядка дня должны стать развлечения на свежем воздухе.

Одним из видов забавы являются игры на детской площадке. Здесь дошкольники могут попрыгать, покачаться на качелях, то есть заняться двигательными упражнениями, которые так необходимы для здоровья ребенка. Для развития личности малыша важна визуализация для проявления его фантазий, поэтому идеальным вариантом будет, если родители смогут воплотить в жизнь идею ребенка и установят детскую площадку, к примеру, на дачном участке. Это может быть площадка в виде морского царства, пиратского корабля или замка принцессы.

Другой вид развлечений, который дошкольники просто обожают – это водные процедуры. Прежде, чем купать ребенка в водоеме, следует адаптировать его организм к воде. Начинайте с утреннего обтирания в течение одной-двух минут. Через 3-4 дня можно переходить к обливанию теплой водой ручек и ножек. Примерно через неделю переходите к купанию в чистом прогретом бассейне. Учите ребенка плаванию, но при этом ни на минуту не оставляйте его одного. Время нахождения в воде следует ограничить 8-10 минутами, после которых ребенку необходимо прогреться на солнце.

Еще одним видом развивающих занятий может стать обыкновенная прогулка с ребенком, во время которой с ним можно играть, повышая интерес к ходьбе пешком. Гуляя с малышом по городу, обращайтесь его внимание на формы

зданий, обсуждайте, на какую геометрическую фигуру они похожи. Во время прогулок на природе играйте в подвижные игры, бегайте. При этом можно петь песни и учить новые стишки. Придя домой, обсудите с ребенком вашу прогулку, попросите его нарисовать все увиденное, а также поделиться своими впечатлениями с папой, бабушкой и дедушкой.

Чем занять дошкольника летом, если на улице плохая погода? Необходимо придумать развлечение дома. Конечно, больше всего современный дошкольник интересуется компьютерами. Но уж если и использовать компьютер в качестве развлечения, лучше делать это с пользой. Учите с ребенком названия растений, животных, птиц посредством детских электронных презентаций, которые можно найти в сети Интернет или сделать самостоятельно.