

«Проводим лето с пользой»

Скоро снова наступит 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. Большинство семей имеют дачные участки, многие выезжают в отпуска, кто-то остается в городе, но 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.

Отдыхая на пляже, либо в парке можно организовать экспериментальные опыты, с изучением свойств воды, песка, травы, росы. Подобные занятия расширяют не только кругозор ребенка, но и пополняют активный словарь существительными, прилагательными, глаголами.

Игры и упражнения можно придумывать взрослому самому и предлагать их ребенку, главное, чтобы любое задание несло в себе поучительную, обучающую цель.

Возьмите на заметку.

Июнь. Наступило лето! Природа распустилась, лес, сад, деревья в парке изменились до неузнаваемости, покрылись густыми зелеными листьями. Солнце греет все жарче и жарче, день становится длиннее и птицы поют без умолку.

Июль. Идет сенокос (косят сено), спеет черника, наливаются клубника. А если сходить в лес за ягодами можно набрать целую корзину. Смотри! В парках лежит летом пушистый «белый снег»?! Это цветет тополь, а «летний снег» - это тополиный пух.

Август. Вода у берега в озере стала холодней. Это потому, что день стал короче, а ночи длинней. А солнце все-равно по-летнему греет. Месяц август дарит нам большой урожай фруктов, овощей и вкусных ягод.

Летние загадки.

Сидит под потолком, кусается тайком, жужжит над ухом, но не муха. **(Комар)**

Дождик небо украшал,

Воду с солнышком мешал, Краски взял семи цветов –

Разноцветный мост готов. **(Радуга)**

Если нет его – небо хмурится, если есть оно – люди жмурятся. **(Солнце)**

Когда будет лето в полном разгаре, нам дерево это «Снежинки» подарит. **(Тополь)**

Пословицы и поговорки о лете.

Люди рады лету, а пчелы цвету.

Не жди лета долгого, а жди лета теплого.

В августе солнце греет, а вода холодеет.

Поиграйте с детьми.

«Назови деревья». Ребенок называет деревья, растущие во дворе (городе, лесу, парке, деревне). Совместно со 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.

«Опыты с песком». Интересно для детей провести элементарные опыты с песком. Экспериментируйте, добавляя разное количество воды и, главное, описывайте весь процесс словами, используйте прилагательные и глаголы в зависимости от консистенции песка (сырой, мокрый, жидкий, сухой, лепится, рассыпается и т.д.)

«Что видишь?». Вы с ребенком по очереди называете определенные объекты природы (например, все зеленые, или круглые 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.д. Аналогичным способом можно сравнить другие объекты природы.

Проводя игры и упражнения с детьми, важно, чтобы дети отвечали полным ответом, четко проговаривали слова, правильно строили предложения и могли аргументировать ответ.

Так же отдых прекрасно можно совместить с развитием речи, мышления, внимания, воображения и памяти вашего ребенка. Обычную прогулку или поездку на дачу можно легко превратить и в увлекательное путешествие, и в самое настоящее развивающее занятие, и в полное неожиданностей и открытий приключение. Давайте попробуем разнообразить свои летние будни!

Итак, собираясь выйти на улицу, представьте себе, что вы отбываете в занимательную поездку. Обсудите с ребенком, на каком виде транспорта будете путешествовать, что нужно взять с собой, что за опасности можно встретить по дороге, какие достопримечательности увидеть...

Бывает так, что поездка оказывается очень утомительной. Для таких случаев в маминой сумке обязательно должна лежать ручка или фломастер. Нарисуйте на пальчиках малыша рожицы. Пусть на одной руке окажется два персонажа, а на другой, допустим, три. Ребенок может дать персонажам имена, познакомить их между собой, спеть песенку или разыграть с ними сценку.

Гуляя, остановитесь возле клумбы, полюбуйтесь цветами, растущими на ней, окружающими вас деревьями, домами, обратите внимание на небо, на птиц, насекомых. Спросите ребенка, знает ли он, например, чем отличается береза от дуба; расскажите ему что-то новое. Предложите своему маленькому спутнику обратить внимание, например, на собаку и рассказать о ней как можно больше интересного: какая у нее шерсть, какой формы у нее хвост и ушки, какой у нее характер, что ей нравится есть и т.д. Так вы побуждаете малыша называть самые разные признаки предметов, помогая этим развитию связной речи. В дальнейшем передайте инициативу в выборе описываемого предмета или явления ребенку.

Вот еще несколько вариантов того, как можно провести время с пользой в поездке или на даче:

«Сосчитай»

Учить использовать числительные с существительными: 1 машина, 2 машины, 5 машин;

«Невидимка»

Употребление существительных в родительном падеже. Есть машина, нет машины.

«Доскажи словечко»

Вы начинаете фразу, а ребенок заканчивает ее. Например: ворона каркает, а воробей (чирикает). Сова летает, а заяц (бегает, прыгает). У коровы теленок, а у лошади (жеребенок) и т. д.

«Волшебные очки»

«Представь, что у нас есть волшебные очки. Когда их надеваешь, то все становится красным (зеленым, синим и т.п.). Посмотри вокруг в волшебные очки, какого цвета все стало, скажи: красные сапоги, красный мяч, красный дом, красный нос, красный забор и пр.»

«Скажи наоборот»

Мама произносит фразу с эпитетом, ребенок повторяет ее, называя антоним эпитета.

Мама. Я вижу высокий дом.

Ребенок. Я вижу низкий дом.

Мама. У меня острый нож.

Ребенок. У меня тупой нож.

Со старшими дошкольниками рекомендуется организовывать семейные вечера загадок и пословиц. Выигравший получает приз – книжку, конфетку, игрушку.

Развитию диалогической речи способствует игра «Телефон». Можно использовать игрушечный телефон или воображаемый. Собеседником ребенка в этой игре выступает взрослый, который и предлагает тему диалога.

«Волшебные стихи»

Совершенствуют у ребенка чувство ритма. Мамы и сами могут придумывать шутливые фразы, типа:

"да-да-да - в огороде лебеда",

"ду-ду-ду - растут яблоки в саду",

"ша-ша-ша - принесли домой ерша"

"ту-ту-ту - мы поедem в Воркуту"

"жа-жа-жа - есть иголки у ежа"

"чи-чи-чи - прилетели к нам грачи"

"жу-жу-жу - я на солнышке лежу"...ну и так далее.

В таких чистоговорках ребенок может уловить разницу между словом и звуком.

Хороши в плане тренировки звуков и скороговорки. Вот тут может пригодиться память, уж самые известные знают все:

Шла Саша по шоссе и сосала сушку.

Ехал Грека через реку,
видит Грека - в реке рак,
сунул Грека руку в реку,
рак за руку греку - цап.

Карл у Клары украл кораллы,
Клара у Карла украла кларнет.

На дворе трава,
на траве дрова.

Кукушка кукушонку купила капюшон,
надел кукушонок капюшон,
как в капюшоне он смешон.

Обязательно старайтесь вести с ребенком содержательные диалоги. Исследования показывают, что если речь взрослого наполнена языковыми оборотами и деталями, то дети тоже стараются в ответ построить более сложные предложения.

Считается, что море, солнце и вода – лучшие друзья детского иммунитета и самые доступные методы для закаливания. Сочетание их благоприятного воздействия в сбалансированном количестве на детский организм дает наилучший эффект. Зная известные способы закаливания ребенка летом, и применяя их, вы можете подготовить ребенка к холодному времени года. Ведь не секрет, что как только дети отправляются в детские сады и школы – многие из них начинают простужаться и болеть. Поэтому родителям важно применять основные методы закаливания детей в летние месяцы. Такие методы закаливания детей, как обливание прохладной водой и ходьба босиком в любое время года, могут стать спутниками вашей семьи. И это, несомненно, отразится на силе иммунитета. В зависимости от возраста малыша и условий проживания (в городе, деревне, на море), делайте акцент в сторону того или другого типа закаливания. Идеальным же будет их сочетание.

Закаливание воздухом. Чем чаще вы находитесь на свежем воздухе, тем лучше. Летние прогулки не меньше 3,5- 4 часов утром и вечером за исключением обеденного зноя должны входить в обязательный распорядок дня. Суть такого закаливания - в воздействии плавных воздушных перепадов воздуха на детскую кожу. Избегайте перегрева – не одевайте ребёнка, даже новорожденного, слишком тепло. Если нет возможности поехать к морю или за город, чаще гуляйте в парковых и лесных зонах. Обязательно проветривайте детскую комнату в момент отсутствия ребёнка. Эффект от закаливания детей воздухом выражается в: профилактике простудных заболеваний; улучшении аппетита и сна; повышении уровня гемоглобина; укреплении иммунитета. На воздухе поиграйте с малышом, сделайте с ним гимнастику или массаж. Например, побегайте с крохой босиком по песку, гальке или камушкам. Такое сочетание усиливает положительный эффект от закаливания.

Закаливание детей водой. К обливанию холодной водой или контрастному душу переходите после того, как детский организм адаптируется к более мягким воздействиям воды. Купание в море или чистых природных водоёмах, в бассейне на свежем воздухе (можно подобрать по размеру в зависимости от возраста ребёнка) – очень полезный и весёлый процесс, который обожают все дети без исключения. Температура воды должна быть не ниже +23°C, воздуха - +25°C. Первые водные процедуры проводите недолго: около 3-5 минут. Постепенно увеличивайте время. Купание в воде чередуйте с пребыванием на солнышке для исключения переохлаждения или перегрева. Находясь на отдыхе на природе, пробегитесь вместе с ребёнком по утренней росе – полезная процедура, которая развеселит малыша. После этого в холодное время насморк будет наступать реже.

Закаливание детей солнцем. Витамин D– в нём нуждается каждый детский организм. Летом его можно получить в полной мере. Пусть ребёнок принимает солнечные ванны до 12 часов дня – в остальные часы детская кожа очень уязвима к солнечным лучам. Не забывайте и про головной убор. Помните, что под прямыми солнечными лучами лучше не находиться более 15 минут. Детское закаливание: главные правила занятия должны быть систематическими; время проведения процедур закаливания детей следует увеличивать постепенно; проводите процедуры закаливания в форме развлечения и игры, но не заставляйте; исключите перегрев на солнце или переохлаждение; учитывайте индивидуальные особенности ребёнка.

Желаю вам увлекательных прогулок и радости от общения с вашим ребенком!