Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение МБДОУ

 Детский сад №10 «Огонек».

 **Советы для родителей дошкольников**

**«Чем занять ребенка летом?»**

 Воспитатель : Пузенко Н.А.

Лето-это время, чтобы быть вместе…

Для родителей каждое лето встает вопрос, чем занять ребенка, как провести время с пользой для него.

Лето – это  время для закаливания и основные закаливающие способы доступны всем — это воздух, вода и солнце.

**Основные правила закаливания детей:**

- закаливающие процедуры необходимо проводить систематически;

- сочетайте их с физическими упражнениями и массажем;

- увеличивайте время проведения процедуры постепенно, начиная от нескольких минут;

- одежда и обувь ребенка должны соответствовать температуре воздуха, быть из натуральных материалов;

- лучше всего проводить закаливающие процедуры в форме игры и развлечения;

- летом прогулки должны составлять минимум 3—4 часа утром и вечером (самое подходящее время — от 8 до 10 часов утра и после 17 часов вечера);

- выходя на прогулку, не слишком укутывайте ребенка (во время прогулок обязательно надевайте легкие головные уборы для предотвращения перегрева и солнечного удара);

- очень полезны прогулки после грозы, когда воздух насыщен озоном;

- детская комната должна регулярно проветриваться в отсутствие ребенка.

-различные водные процедуры (умывание, контрастный душ, купание в речках, озерах, морях).

**Летнее время - самое удачное для начала занятий чем-то новым и полезным:**

- Летом можно без спешки посвятить интересному делу больше времени. Помогите ребенку найти летом новое хобби.

- Если летом начать посещать спортивные секции и кружки, к началу следующего учебного года ребенок привыкнет к новому занятию, и проблема правильного распределения времени будет решаться легче.

-Летом лучше всего осуществить мечту многих детей — завести домашнее животное. Если вы заведете питомца летом, то есть вероятность, что к осени ребенок научится совмещать свои занятия и уход за ним.

-Летом важно соблюдать режим дня, чтобы осенью было легче адаптироваться к детскому саду или школе.

**Чем еще заняться с ребёнком летом?**

- Собираясь на прогулку (на дачу), не забудьте взять с собой бадминтон, скакалку, летающие тарелки, мячи, но не рассчитывайте на то, что ребенок будет сам развлекать себя. С детьми нужно заниматься, играть, подавать новые идеи.

- Очень хорошо, если на даче вы установите качели, батут, поставите песочницу (поделки из песка развивают мелкую моторику и воображение).

- Научите ребенка играть в подвижные игры на улице — многие современные дети не знают, что такое салочки, казаки-разбойники. Вспомните игры своего детства, например, «вышибалы», «бояре, а мы к вам пришли» или «море волнуется». Девочкам напомните старые добрые классики и резиночку. Такие подвижные игры полезны не только в плане физического развития, но и социализации ребенка в коллективе.

- Еще одно занятие, которое может понравиться детям — мини-огород. Дети очень любят возиться с водой. Приобретите для своего ребенка небольшую лейку, и пусть он периодически поливает. А тем, кто постарше, можно доверить полноценный полив цветника или деревьев.

- Подберите быстрорастущие цветы, чтобы детям не пришлось долго ждать плоды своих трудов.

**-**Во время прогулки в лес учите распознавать по внешнему виду съедобные и ядовитые грибы, наблюдать за насекомыми.

-Займитесь поисками необычных растений, соберите свой домашний гербарий. Растения для гербария подбирайте с учетом того, чтобы потом можно было сделать красивую картину- панно.

- Заведите с ребенком дневник наблюдений за природой. Он поможет развить память и наблюдательность, дисциплинирует и позволит научиться грамотно излагать свои мысли.

**Найдите время, чтобы вместе с ребенком:**

- запустить воздушного змея,

- половить бабочек сачком,

- поудить рыбу,

- изготовить замок или дамбу из песка,

- построить шалаш,

- устроить перестрелку из водяных пистолетов или поиграть в другие игры с водой,

- Не забудьте в один из летних вечеров разжечь костер и испечь в углях картошку.

Лето дает больше возможностей для совместных занятий, что способствует установлению дружеских доверительных отношений с родителями.

**Сделайте так, чтобы лето запомнилось и вам и ребенку!**