

## Консультация для родителей «Роль совместного летнего отдыха родителей и детей»



Лето - это подходящее время для развития и воспитания детей и важно не упустить те возможности, которые оно предоставляет. Разнообразная деятельность и новые впечатления ждут ребёнка и в родном городе, и за его чертой, поэтому нужно подготовиться к активному познавательному совместному отдыху с детьми, в процессе которого так важно замечать необычное в простом: сверкание росы под утренним солнцем, краски вечернего заката, загадочность летнего звёздного неба, завораживающие звуки леса, шум моря.

Конечно, самый лучший отдых для дошкольника все же вместе с мамой и папой, а может быть, сначала с мамой, потом с папой, и таким образом почти все лето ребенок проведет на отдыхе. Посещение детского сада для дошкольников самая настоящая работа! После пяти, а то и шести рабочих дней выходные кажутся нам праздником. Но и то толком отдохнуть получается крайне редко. То дома надо прибраться, то машину починить, то к родителям съездить... Ваш ребенок устает не меньше вас. Ранний подъём совершенно не учитывает биоритмы ребёнка. Если «жаворонкам» рано вставать не тяжело, то «совам» крайне затруднительно. Вставая на час-два раньше своего оптимального времени, дети находятся в вялом состоянии весь день, «просыпаясь» лишь после дневного сна.

Режим дня детей в детских садах стандартизирован. Кому-то слишком легко придерживаться графика и темпа обучения, а потому малоинтересно. Другим слишком тяжело, а потому тоже неинтересно. Все эти нюансы приводят к нарастающему утомлению. Еще и детей в группе много и шума в ней достаточно. Вот вы, к примеру, устаете от шума в поликлинике или на базаре? А ваш ребенок живет в шуме пять дней в неделю. Двенадцать месяцев в году. К окончанию учебного года дошкольники устают так же, как взрослые работающие люди.

### Плюсы совместных отпусков с детьми.

У вас появится возможность побольше общаться друг с другом. Ведь почти всегда нам не хватает времени на погулять, почитать, поиграть...

А в отпуске от работы и садика вы прекрасно сможете все наверстать и ребенок будет, точно уверен в том, что маме и папе интересна его жизнь и приятно его общество.

Вы можете совместно попутешествовать. Дети любят приключения. И легче всего знакомятся с миром вместе с родителями.

Почему бы вам не съездить к морю? А если нет такой возможности просто выбраться на два - три дня на природу? И детям интересно и вам полезно побыть в тишине и покое. И какое - то время просо побыть обычными счастливыми родителями любознательного чада.

Ваш ребенок будет болеть значительно реже. По статистике, значительно реже болеют те дети, которым давали такой вот «отпуск» от детского сада. Просто потому что организм успевал восстановить свои силы для продолжения учебного процесса. Если же ребенок посещал и продолжает ходить в садик еще и летом, то осень и зима обязательно ознаменуются продолжительными больничными листами.

Вывод: Для ребенка отсутствие летнего отдыха, по данным исследователей, равноценно работе взрослого человека без отпуска в течении пяти лет. Даже если ребенок что-то и забудет за лето, это не страшно, так как благодаря отдыху от режимных моментов, умственных и психологических нагрузок происходит созревание всех психических функций организма.

**Семейный отдых** – шанс для родителей лучше понять собственного ребенка, увидеть и услышать, чем он живет. Если такие моменты в жизни Вашей семьи возникают редко, и поэтому не было возможности обдумать, как организовать совместный отдых, можно использовать следующие формы совместного отдыха родителей и детей:

**Совместная интеллектуальная деятельность:** интеллектуальные семейные игры, разгадывание кроссвордов, ребусов, загадок.

**Совместная творческая деятельность:** ребенок и родители вместе придумывают и создают какой-либо творческий проект – оформление поздравления родственникам, подготовка квартиры к празднику, выполнение каких-либо художественных работ.

**Совместная трудовая деятельность:** уборка в квартире, посадка и уход за комнатными растениями, благоустройство территории вокруг своего дома, выполнение работ на приусадебном участке, уход за домашними животными.

**Совместная спортивная деятельность:** посещение тренажерного зала, бассейна, спортивные занятия на стадионе всей семьей, катание на велосипедах, роликах, самокатах, в специальных парках по велодорожкам.

**Совместные подвижные, сюжетно-ролевые игры.** Игры – прекрасный источник информации о личности ребенка. В процессе игры нужно внимательно наблюдать за поведением ребенка. В игре можно увидеть, как ребенок от начала до конца игры последовательно идет к цели, боится или не боится трудностей, может ли справиться с постигшей его неудачей, как справляется с проигрышем в игре.

Совместная деятельность родителей и их детей может осуществляться с помощью игры-труда, подвижных игр-соревнований, игр-театрализаций (разыгрывание литературных сюжетов), которые позволяют увидеть возможности ребенка для развития творчества, найти творческие решения поставленной игровой задачи. Главная задача взрослых в этой игре – поддерживать оригинальность детей, вовремя похвалить за что-то интересное.

Уважаемые родители, помните, что естественные силы природы оказывают благоприятное влияние на организм только в том случае, если их правильно используют, без злоупотреблений. Поэтому роль взрослых и заключается именно в том, чтобы приучать детей с самого раннего возраста сознательно следовать правилам безопасного поведения, особенно в период летних каникул.

**Общие развлечения, игры, экскурсии, походы покажут вам друг друга по - новому и предоставят возможность совершить открытия даже внутри собственной семьи!**

