

МДОУ "Эммаусский детский сад общеразвивающего вида"

*Консультация для родителей
"Лето с пользой"
(советы нейропсихологов)*



Выполнила: педагог-психолог Травникова И.В.

Эммаусс
2025г.

Лето - долгожданное время для детей и беспокойный период для родителей. Чем занять ребёнка, чтобы он не провёл три месяца у компьютера? Как помочь ему не растерять, а приумножить знания? Как сделать отдых не только приятным, но и полезным?

Необходимо, чтобы дети летом отдохнули от школ, садов, занятий и восстановили силы. Поэтому занятия за столом лучше сократить до минимума (или вообще убрать) и больше времени уделить моторному развитию.



Летом предлагаем вам научить (если ещё не умеют) детей:

- плавать и нырять (развиваются крупная моторика, межполушарные связи, проприоцепция, а также энергетический блок мозга, отвечающий за работоспособность);
- кататься на 2-х колесном велосипеде, роликах, самокате, скейтборде, гироскутере и др. (вестибулярно-моторные координации);



- прыгать через обычную скакалку и нейроскалку (чувство ритма, межполушарные связи);
- крутить хула-хуп (чувство ритма, проприоцепция);
- прыгать на "Мобу Jumper" (вестибулярно-моторные координации, чувство ритма);



- играть в бадминтон, летающую тарелку, кольцеброс, "Поймай мяч/шар" (зрительно-моторные координации);
- ходить на "копытцах"/ходулях (вестибулярно-моторные координации);
- освоить прыжки на резиночке, классики (моторное планирование, удержание двигательных программ);



*- дуть мыльные пузыри и надувать воздушные шары
(энергетический блок мозга, отвечающий за работоспособность);*



*- запускать воздушного змея, различные вертушки, парашютиста и т.д.
(зрительное внимание);*



- рисовать мелками (подготовка руки к письму);



- отработать упражнения с мячом (зрительно-моторная координация) и на координационной лестнице (моторное планирование).



Кроме того, ежедневные прогулки на свежем воздухе не менее 2-х часов в день увеличивают работоспособность мозга.



А если привлекать друзей и незнакомых детей на площадках к играм, то мотивации научиться новым навыкам будет гораздо больше. Заодно развиваются и коммуникативные навыки.



Всем хороших каникул!

