

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Д/С 38 села Великовечного муниципального образования Белореченского
района.

Консультация

«Как организовать летний отдых детей»

02.05- 05.05. подготовила: Малеваная Н.В.

Дети - источник радости. Играть с ними, когда они маленькие и забавные, доставляет огромное удовольствие, и делаем мы это с любовью и наслаждением. Но когда они становятся старше и менее контролируемы, в них как будто дьяволёнок вселяется, становится труднее занять их, особенно в период каникул, когда они находятся весь день дома и не знают, чем им заняться.

Но вы можете распланировать их каникулы и тем самым избавить себя от непредвиденных поступков, разбросанных по всему дому вещей, игрушек

Вы можете предложить вашему ребёнку свою помощь, чтобы он мог выбрать из многочисленного разнообразия предметов, которыми бы он мог заняться или позволить вашему ребенку самому выбрать себе доступное занятие, которым ему бы хотелось заниматься и было бы ему интересно. Например, он может заняться рисованием, делать различные поделки из бумаги, глины, дерева и других различных материалов.

В то время как некоторые родители предпочитают, чтобы их дети сидели тихонечко и не шумели в течение всего дня, не беспокоя их своим присутствием, другие родители организывают для своих детей различные игры и позволяют детям делать то, к чему они проявляют интерес. В таких семьях дети растут и развиваются гармонично, они легче приспосабливаются к жизненным условиям, которые имеют свойство изменяться и приобретают, таким образом, жизненный опыт. Регулярные наблюдения за детьми, совместные игры, беседы с вашими детьми помогут вам лучше понимать их и знать, как они растут и развиваются и кем они хотят стать в будущем.

Активные действия являются также долгожданным перерывом от монотонности, от которой дети устают во время учебного процесса, поскольку здесь исследуется только творческая сторона ребенка. Развивайте ту часть мозга, которая не была задействована прежде, чтобы открыть в нём то лучшее, что раньше скрывалось. Если ребенок получает удовольствие даже от таких обычных вещей как, например, от полива цветов или от игры на музыкальном инструменте, тогда у него появляется больший интерес к учёбе.

Очень важно обнаружить в ребёнке талант и суметь развить его. Всё, что удастся обнаружить в раннем возрасте, поможет вашему ребёнку улучшить его будущее. Если вы – домохозяйка, тогда вы также можете распланировать день вашего ребенка. Только занятия должны быть наполнены интересными идеями, о которых они заранее не слышали и не догадывались. Эти занятия должны увлечь их умственно и физически, полностью занять всё их свободное время.

Но необходимо продумать и позаботиться о том, чтобы ваш ребёнок занимался не каким-нибудь одним делом, а принимал участие в различных занятиях. Если он, допустим, будет только рисовать картинки, через некоторое время ему это наскучит, и он может даже совсем забросить это занятие. А если он будет чередовать различные занятия (и лучше всего в

игровой форме), то через какое-то время он вернётся к прежнему занятию с ещё большим интересом.

Каждый из нас должен понять, что дети, как губка, впитывают всё то, что мы им даём, и только от нас с вами зависит то, какими они вырастут, и какое будущее они смогут себе обеспечить. Если оставить их без внимания и заботы, позволить им расти только самостоятельно, никогда мы не сможем точно знать, какими они вырастут - положительными или отрицательными. Следовательно, помогая ребёнку и стимулируя его положительные стороны, вы, в конечном итоге, поможете не только им, но и самим себе.

О летнем отдыхе детей

Лето не только время путешествий, но и наиболее благоприятная пора для отдыха, закаливания и оздоровления детей. Поэтому очень важно, чтобы родители с наибольшей пользой распорядились этим драгоценным временем. Вместе с тем возникает немало вопросов, как это лучше сделать. И здесь, как нам кажется, в известной мере вам могут пригодиться наши советы.

О путешествиях с детьми

Ехать или не ехать с ребёнком на юг? – вопрос встаёт перед родителями довольно часто.

Что можно посоветовать по этому поводу? Если вы живёте в средней полосе и если речь идёт о грудном ребёнке, то вряд ли стоит отправляться с ним в продолжительную поездку. Поэтому самое лучшее – вывезти его на дачу. Точно так же нужно поступить и в тех случаях, если вашей дочери или сыну не исполнилось ещё трёх лет. Чем меньше ребёнок, тем тяжелее он приспосабливается к изменениям обстановки и климата. В этих благодатных местах в первые дни малыши становятся капризными, у них пропадает аппетит, появляются нарушения пищеварения и сна. Приспособление к новым климатическим условиям у детей первых трёх лет жизни продолжается иногда целую, а то и две. Едва ребёнок успеет привыкнуть к новому климату, как надо собираться в обратный путь. Такой отдых для ребёнка чреват развитием различных заболеваний. В результате все затраты, заботы и хлопоты могут пойти впустую.

Солнце хорошо, но в меру

Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Это касается и самых маленьких – грудных детей. Однако если более старшим дошкольникам разрешается понемногу загорать, то малышам прямые солнечные лучи могут причинить вред. Самая большая опасность – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна.

До трёх лет световоздушные ванны можно проводить под навесом или в тени деревьев. При этом нужно соблюдать принцип постепенного обнажения тела ребёнка. Сначала от одежды освобождаются руки и ноги, а затем остальные части тела. Уже с 1,5 летнего возраста световоздушные ванны ребёнок может принимать в одних трусиках. Продолжительность первой такой ванны – 5 минут, затем время постепенно увеличивается до 30-40 минут. Световоздушные ванны особенно рекомендованы детям с ослабленным организмом. Лучшее время проведения – с 9 до 12 часов, на юге – с 8 до 10 часов. Каждую световоздушную ванну лучше всего заканчивать полной пропелтурой.



Как организовать летний отдых с ребенком?

Лето – это солнце, теплая погода, встреча с друзьями, теплое, ласковое море, отдых от школы, яркие и удивительные путешествия, отдых без границ. Как провести лето? Как организовать детский отдых, чтобы он не был заполнен бездельем и скукой? Естественно, можно предоставить своему ребенку полную свободу: спи до обеда, гуляй, смотри телевизор и, вообще, занимайся, чем хочешь. Но вряд ли такая расстановка действий принесет удовольствие ребенку и родителям. Закончатся каникулы, а вспомнить будет нечего. Ну, а мамы и папы к началу учебного года получают нежелание учиться и соблюдать дисциплину.

Уважаемые родители!

Чтобы летние каникулы прошли максимально приятно и с пользой для ребенка :

1. В первую очередь подумайте о восстановлении здоровья ребенка. Отдых в детском лагере, может помочь поправить здоровье и проявить свою самостоятельность, получить новые навыки и знания, научиться общению, приобрести новых друзей. Если такой возможности нет, то поездка к бабушке в деревню – прекрасный вариант. Только не оставляйте там ребенка на все каникулы: ему тоже нужна перемена обстановки и общение с постоянными друзьями.
2. Не забывайте о спорте. Езда на велосипеде, игра в мяч, посещение тренажерного зала помогут укрепить физическую форму и хорошо провести время. Можно заниматься физическими упражнениями вместе с ребенком, ему будет веселее, а вы сможете поправить своё здоровье и самочувствие.
3. Наверняка за год у Вас накопилось не мало “долгов” перед вашими детьми : пообещали и не ходили в парк или пропустили интересное представление – самое время восполнить утраченное во время каникул.
4. Привлекайте детей себе в помощь: выделите в огороде или на даче свою собственную грядку и предложите за ней ухаживать – так вы научите ребенка к самостоятельности и ответственности за свои действия. Давайте домашние задания: полить цветы, погулять с собакой, помочь папе в гараже и так далее.
5. Старайтесь выделить время для совместного отдыха с ребенком. Это могут быть совместные пикники, поездка на море, поход в лес или на рыбалку. Главное, чтобы ребенок имел возможность общаться с родителями, для него это очень важно.
6. Подростки, которые стремятся к самостоятельности и независимости могут попробовать свои силы в качестве вожатого в летнем лагере, в трудовом отряд или курьера в своем посёлке. Это научит их быть более ответственными.

Но не стоит забывать, что у них тоже должно быть время на отдых или общение с друзьями.

