

Учиться нельзя отдыхать! Где же ставить запятую?

Уважаемые родители, впереди долгожданные летние каникулы! Каждый раз в это время перед нами встает вопрос, **как организовать это время с пользой для ребенка**. Чем занять ребенка, чтобы он не провел три месяца у телевизора или компьютера? Как помочь ему не растерять, а приумножить знания? Как сделать отдых не только приятным, но и полезным?

Размышляя о том, как организовать каникулярное время ребенка, примите во внимание следующие важные моменты:

1. помните, что дети ждут от летних каникул новых впечатлений, открытий, приключений и новых друзей
2. при выборе вида и места отдыха обязательно учитывайте желание ребенка, его интересы и индивидуальные особенности
3. старайтесь сделать отдых ребенка разнообразным и активным, ведь детей очень огорчают скука и однообразие деятельности. Старайтесь спланировать летние каникулы так, чтобы было место для веселых развлечений, домашнего труда, поездок и походов, чтения, общения с друзьями. Ведь часто дети проводят много времени за компьютером только потому, что им не предлагают другой интересной альтернативы.

Нужно ли усердно заниматься с детьми летом? Наша **память** устроена удивительным образом. Ее **функция не только запоминать, но и забывать** «ненужную» информацию. А «ненужная» информация та, которая не пригодилась какое-то время. Все же учили стихи. Очень долго тренировались произнести без запинок, получить заслуженную «5». Сможете ли Вы вспомнить какое-нибудь стихотворение после долгого перерыва? Скорее всего нет, потому что Ваш мозг решил, что больше хранить это не нужно, и «освободил» место для чего-то нового. *Так почему бы не помочь своему ребенку не забыть то, чему он учился?* Конечно же не стоит сидеть целыми днями за книжками и учебниками, но заниматься летом нужно, но в более спокойном режиме.

- Если Вы занимаетесь с ребенком, помните, что эти занятия должны быть *короткими и проводить их лучше в утренние часы*.

- Старайтесь соблюдать режим дня, иначе к нему будет тяжело возвращаться. Помните, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. *Ребенку нужно спать не менее 10 часов*

- Играйте с ребенком в игры, которые ему интересны и проводите больше времени на свежем воздухе

Как совмещать отдых и чтение?

Лето – время отдыха, но не стоит забывать и о книгах. Пусть ребенок прочитает вслух Вам небольшой рассказ, а потом скажет, что он думает о поступках героев, выскажет свое мнение, попытается рассуждать. Тем самым связная речь будет постоянно развиваться, а словарный запас Вашего ребенка станет богаче.

Во время прогулок, поездок можно читать разнообразные вывески, указатели, названия магазинов и кафе.

Подвижные игры

Игры с родителями – неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение. Совместные игры сближают детей и родителей. Отправляясь на отдых с детьми за город, с компанией, не забывайте взять с собой необходимые атрибуты для игры. Это могут быть мячи, ракетки, а также многое другое, на что хватит выдумки.

Подвижные игры с предметами (скакалки, обручи, массажным мячом) соревнования, эстафеты будут способствовать **развитию двигательной сферы**, а именно силы, переключаемости движений, хорошей координации и моторной реакции, научат формировать стратегию поведения, особенно игры с правилами.

Учиться нельзя отдыхать! Где же ставить запятую?

Во что же можно поиграть с ребенком, чтобы это не только доставило радость Вам и Вашим детям, но еще и способствовало всестороннему развитию ребенка?

- Выбирайте те игры, которые доступны Вашему ребенку
- Учитывайте, что у детей быстро пропадает интерес, если они не испытывают радость победы

Предлагаю Вам перечень игр, которые Вы можете использовать с детьми во время летнего отдыха.

«Съедобное-несъедобное»

Это одна из старых игр. Ее правила довольно просты и знакомы каждому. Игроки перекидывают мяч, произнося при этом какое-нибудь слово. Если слово «съедобное», игрок должен поймать мяч, если «несъедобное» - оттолкнуть.

«Назови животное»

Можно использовать разную классификацию предметов (города, имена, фрукты, овощи). Игроки встают по кругу и начинают передавать мяч друг другу, называя слово. Игрок, который не может быстро назвать слово, выбывает из игры. Играя в такую игру, вы расширяете кругозор и словарный запас своего ребенка.

«Догони мяч»

Если у вас на отдыхе оказалось два мяча, можно поиграть в эту игру. Правила очень просты. Игроки передают мяч друг другу, стараясь, чтобы один мяч не догнал другой. Эта веселая игра поможет Вашему ребенку улучшить координацию движений и быстроту.

Никто не отменял *настольные и карточные игры*, которые помогают тренировать выдержку, умение переключать внимание и смекалку. Игра «Мемо», например, развивает память, мышление, переключаемость внимания, быстроту. Эту веселую карточную игру можно взять в дорогу или играть в нее дома.

Учиться нельзя отдыхать! Где же ставить запятую? Я думаю, ответ прост и понятен: всего по чуть-чуть. Не нужно нагружать ребенка трехчасовыми занятиями, но и без дела лежать на диване целый день ребенку будет скучно и неинтересно. Помните поговорку «Делу время – потехе час», проводите с ребенком больше времени, играйте, отдыхайте, гуляйте, путешествуйте и набирайтесь сил.

Отличного активного и познавательного отдыха!

Педагог-психолог
Тихонова Анастасия Александровна