

Літній відпочинок дітей

Поради батькам



Літо прийшло! З ним ми пов'язуємо свої мрії про відпочинок, про виїзд на природу. Особливо хочеться порадувати літнім відпочинком дітей. Прагнення батьків оздоровити своїх дітей — мабуть, сьогодні єдина сила, яка здатна це реалізувати.

Отже, літнє оздоровлення дітей — справа батьків.

Шановні, татусі та мами, даємо вам деякі поради щодо організації ігрової діяльності з малечею.

Виберіть найцікавіше з того, що ми вам пропонуємо, і ваша дитина отримає велику користь.

Влітку сім'ї часто бувають «на природі». Природа буває різною. Наприклад, дача — це справжня природа.

«Пікнік» — от як це називається, коли вся родина на природу їде.

Збираються на цю поїздку всі дружно. Діти іграшки збирають, тато — спортивне й похідне спорядження, а мама — великий рюкзак з продуктами.

Отже, виїжджаючи на дачу, використайте час з користю.

На природі можна навчити:

- самостійності;
- нічого не боятися;
- плавати, бігати, стрибати;
- багаття розпалювати *(тих дітей, що доросліші)*;
- розширювати знання про рослин, тварин, природні явища;
- отримувати емоційне задоволення.

Найчастіше на пікніку збираються

різновікові компанії. Тому нехай у вас у запасі буде декілька таких ігор, які всім цікаві і зрозумілі.

«Весела естафета»

Етап перший.

Мама й тата виборюють дистанцію і показують дітям спосіб пересування. Способів безліч: як пінгвін, як конячка, задки, боком, рачки, верхом на паличці, стрибаючи з м'ячиком, затиснутим між колінами.

Етап другий.

Дорослий тримає дитину за ноги, а вона виборює дистанцію на руках.

Етап третій.

Вибороти дистанцію з шишкою на голові *(або яким-небудь іншим предметом)*.

Етап четвертий.

У цьому конкурсі беруть участь всі члени родини: тато, мама і дитина. Мама з татом зчіплюють руки так, щоб вийшов «стілець». На цей «стілець» всідається малюк і змагання розпочинаються.

Кожна родина добігає до домовленого дерева, оббігає його і повертається. Якщо ви в сосновому лісі, то можна вибирати ігри з шишками.

«У кого більше шишок?»

Зібрати шишки. У кого більше, той і переможець.

«Влучний стрілець»

Відзначте лінію, від якої буде вестися стрільба. Поставте на невеликій відстані відро або капелюх, і нехай діти вправляються в метанні, закидаючи туди шишки.

«Скільки шишок, відгадай»

Побігали, пострибали, тепер час відпочити, посидіти біля багаття і пограти в спокійні ігри.

Покладіть кілька шишок у непрозорий пакет або мішечок і запропонуйте малятам відгадати, скільки їх там, підказуючи словами «більше» та «менше».

Не забудьте взяти з собою м'яч!

В які ігри можна грати із м'ячем?

Волейбол, футбол, баскетбол... А ще?

«Швидкий м'яч»

Усі великі та маленькі гравці стають у коло і починають передавати по колу м'яч. Поступово темп гри зростає.

Якщо хто-небудь із гравців м'яч упустив, він залишає гру і виходить з кола.

Виграє той, хто залишився останнім.

«Дожени»

Всі гравці стають у коло. Два, які стоять один навпроти одного, тримають у руках по м'ячу.

За командою гравці починають передавати м'яч по колу в одному напрямку, намагаючись, щоб один м'яч наздогнав інший. Той, у кого виявиться два м'ячі, отримує штрафний бал.

Біля багаття

Діти з задоволенням допоможуть татам розпалити багаття.

Попросіть їх зібрати хмиз і дрова. Покажіть, як правильно розпалювати багаття.

Тут можна співати улюблені пісні, відгадувати загадки або грати в ігри зі словами.

«Зіпсований телефон»

Одна дитина придумує слово і говорить його на вухо сусідові, той передає почуте наступному гравцеві. Коли слово «обійде» коло, останній гравець повинен його назвати вголос.

«Асоціації» .

«Асоціації» — для старших дітей.

Поясніть їм, що таке асоціації.

Наприклад, коли ми говоримо «зима», то відразу згадуємо сніг. І так далі. Перший гравець вимовляє слово, а наступний швидко говорить далі.

Скажімо «Слон — Африка», «Африка — Мавпа», «Мавпа — Зоопарк», «Зоопарк — Крокодил», Крокодил — Чебурашка».

Так від гравця до гравця слово буде трансформуватися.

На пляжі

Це ігри з водою та піском. Найблагодатніша пора для цих ігор — літо. З піском так цікаво гратися!

Кожен малюк з задоволенням будує, пересипає, ліпить. Дитина, якій 1,5—2 роки, ще не може по-справжньому ліпити пасочки, тому сідайте в пісок — і ліпите самі. Малюк буде бачити, як дорослі це роблять, і намагатиметься наслідувати.

Покажіть маляті: ось сухий пісок, ось — мокрий. Сухий можна пересипати, а з мокрого робити будівлі.

На прогулянку беріть кілька відер різного розміру. Розповідайте маляті: «У велике відро поміститься багато піску, а в маленьке — мало».

Отже, чим зайнятися на піщаному березі?

Можна, наприклад:

- «закопувати» один одного в теплий пісок;
- ходити босоніж;
- будувати з вологого піску палаци і вежі;
- рити колодязі, тунелі;
- прокладати дороги для іграшкових автомобілів;
- робити пасочки і прикрашати їх;
- «варити суп» у відрі;
- разом з батьками робити піщані фігури;
- малювати пальцями або паличкою на вологому піску.

Пляж — це не тільки пісок, але ще й вода. Річка або море, озеро або басейн.

Перш, ніж ви прочитаєте про ігри у воді, згадайте *правила*.

1. Увага! Увага! Не залишайте дітей у воді без нагляду!
2. Надувні іграшки і приладдя для плавання розраховані тільки на те, що дорослий перебуває поруч з дитиною.
3. Стежте, щоб малюк не перегрівся на сонці.

4. Не забувайте напувати дїтлахїв водою, тому що на пляжі буває дуже спекотно.

Сьогодні є *безліч* плавальних пристосувань для дїтей.

Це надувні ходунки, нарукавники, ласти, жилети.

«Водний забїг»

Бїгати у водї дуже *непросто*.

Грати краще на такїй глибинї, щоб вода була тїльки до щиколотки. Заздалегїдь перевїрте, щоб на днї не було камїнцїв.

«Змагання крокодильчикїв»

Всї дїти стають крокодильчиками, вони ходять руками по дну на мїлководдї (*обов'язково пїд наглядом дорослих*), наздоганяючи один одного.

«Щучки та карасики»

Мама або тато будуть щучкою, а дїти — карасиками. Для рибок-малят намалуйте на пляжі будиночки-кружечки.

Карасики весело граються на просторї і тут з'являється «щучка». Рибки бїжать з води до своїх будиночків.

Для їгор з водою можна використати гумовї надувні басейни, полїетиленовї ванни й тазики, помїщати в них плаваючі їграшки, пляшечки, баночки.

Зробіть з дїтьми кораблики, нехай гумовї ляльки «вчаться» плавати, а каченята живуть на пїсочнїй фермї бїля «ставка» — вкопаного в землю тазика.

Якщо дитина залишилася в мїстї?

Як зробити, щоб дитина цікаво провела лїто?

Нехай у неї завжди пїд рукою будуть рїзні фарби, фломастери, олівцї, пластилїн і глина.

Яскравї, соковитї фарби на малюнках говоритимуть про те, що з дитиною все добре.

Вїдвідайте з малюком всї музеї вашого мїста.

Бувайте бїльше на свїжому повїтрї. Познайомте дитину з комахами. Особливостї поведїнки комах, незвичне забарвлення, способи польоту викликають великий їнтерес у дїтей. Спостереження за комахами сприяє розумїнню дїтьми взаємозв'язків живої і неживої природи і дбайливого ставлення до неї. Читайте дїтям вїршї, оповїдання, казки, загадуйте загадки.

Вїдпочити зї своєю дитиною — це чудова можливїсть побути з нею наодинцї, подивитися на неї їншими очима, порадїти тому, як вона виросла і як багато її цікавить.



