**КОНСУЛЬТАЦИЯ**

**УЧИТЕЛЯ-ЛОГОПЕДА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**«ЛЕТНИЙ ОТДЫХ»**

Настало лето – замечательное время года! Можно играть на воздухе, закаляться и оздоравливаться.

Летний отдых это долгожданный отдых и для родителей, и для детей. Поэтому очень важно, чтобы родители с наибольшей пользой распорядились этим драгоценным временем. Необходимо объяснить детям, что купаться, плавать, загорать полезно для здоровья только в том случае, если соблюдать определенные правила безопасности.

**Чтобы отдых принес только удовольствие вам и вашему ребенку, постарайтесь соблюдать некоторые правила:**

1. Если вы занимаетесь со своим ребенком, помните, что эти занятия должны быть короткими и проводить их лучше в утренние часы.

2. Следует помнить, что выезжая за город, или путешествуя, следует обсуждать с ребенком полученные впечатления. Ваша задача расширять кругозор детей, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребенка.  
 3. Всеми силами отвлекайте ребенка от телевизора и компьютера, проводите все свободное время на свежем воздухе, купайтесь, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в футбол.

Лето – это укрепление здоровья ребенка и от того как он отдохнет во многом зависит его здоровье весь следующий учебный год.  
 4. Старайтесь соблюдать режим дня, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Ребенок должен спать не менее 10 часов.  
 5. Следите за питанием ребенка. Мороженое, газировка, не принесут здоровья вашему ребенку.

6. Выбирайте только те виды отдыха, которые устроят вас и вашего ребенка.  
 7. Планируя экскурсию на отдыхе, обсудите с ребенком заранее, как он к этому относится, если реакция негативна, попробуйте найти компромисс. Попробуйте найти другую экскурсию, которая интересна и вашему ребенку. Советуйтесь с ребенком, будьте внимательным слушателем, ценность общения не в количестве времени, а в качестве общения (внимание, уважение, понимание).

8. Собираясь на отдых с компанией, старайтесь брать людей, которые разделяют ваши интересы. Оптимально ехать на отдых со схожим составом семьи. Одинаковые заботы, одинаковые проблемы, взаимопомощь, уход за детьми.  
 9. Заведите с детьми разговор о летнем отдыхе и любимом всеми занятии – купании в море. Подчеркните различия между морем, рекой, озером. Напомните о знаках, запрещающих купаться.

**Помните:**

Отдых – это хорошо. Солнце, морской воздух, купание – это прекрасно.

Купание - прекрасное закаливающее средство. Место для купания должно быть неглубоким, ровным, с медленным течением. Прежде чем дать ребёнку возможность самостоятельно войти в воду, необходимо убедиться в том, что в данном месте нет ям, глубокой тины, коряг, острых камней. В воде вместе с ребёнком обязательно должен находиться взрослый.

**Как за лето не утратить речевые навыки ребёнка.**

1. Ежедневно выполняйте артикуляционную гимнастику:  
 - «Вкусное варенье»

- « Чашечка»

- «Часики»

- «Маляр»

- «Индюк»

- «Качели»

- «Лошадка»

- «Грибок»

- «Чистим зубки»

- «Трубочка»

- «Блинчик»

- «Лопаточка»

- «Иголочка»

2. Продолжайте автоматизировать поставленные звуки.

3. Закрепляйте знания по лексическим темам и обучению грамоте.

4. Повторяйте выученные стихи.

5. Пересказывайте небольшие тексты.

**Как совмещать отдых и чтение.**

Лето - время отдыха, но не стоит забывать и о книгах. Пусть взрослый прочитает вслух небольшой рассказ, а ребёнок не только перескажет его, но и скажет, что он думает о поступках героев, выскажет своё мнение, попытается рассуждать. Тем самым связная речь будет постоянно развиваться, а словарный запас вашего ребёнка станет богаче.

Во время прогулок, поездок вы также можете читать разнообразные вывески, названия магазинов, кафе.

**Подвижные игры с детьми на летнем отдыхе.**

Проводите больше времени на открытом воздухе в подвижных играх.   
 Игры с родителями – это неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение. Совместные игры сближают родителей и детей. Ваш ребенок придет в восторг, когда увидит серьезного папу, весело играющего в мяч. Для дошкольника «игра – единственный способ освободиться от роли ребенка, оставаясь ребенком». Для взрослого - «единственный способ стать снова ребенком, оставаясь взрослым».  
 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 (с массажным мячом, скакалками, обручем, другим сезонным спортинвентарём) соревнования, эстафеты будут способствовать развитию двигательной сферы ребёнка, а именно объёма, силы, переключаемости движений, хорошей координации и моторной реакции, научат формировать стратегию поведения, особенно игры с правилами.  
 Во что же можно поиграть с ребенком, чтобы это доставило радость вам и вашим детям? Выбирайте те игры, которые доступны вашему ребенку. Учитывайте, что у детей быстро пропадет увлечение, если они не испытывают радость победы. Вспомните игры, в которые вы играли в детстве, научите этим играм своего ребенка. Это доставит огромное удовольствие и ему, и вам, воспоминания детства очень приятны! Попросите ребенка познакомить вас с играми, в которые он играет в детском саду со своими сверстниками.

Будьте внимательным слушателем, ведь это самые ценные минуты вашего общения. Кроме отличного настроения игры способствуют улучшению взаимоотношений в семье, сближают детей и родителей.

**Хорошего семейного отдыха вам!**

***Подготовила учитель – логопед Чвелева Е.Г.***