**Консультация для родителей**

**Рекомендации родителям в летний период для детей 6-7 лет**

Лето это самое время, когда, всегда у ребёнка есть время на свои желания. Закончились занятия в детском саду. Родители в отпуске. Ура. Но не будем забывать уважаемые родители, что мы в ответе за здоровье и воспитание, и развитие наших детей. Нам следует хорошо спланировать летний период. Учитываем желания малышей и преследуем и свои цели по воспитанию наших детей. Лето закончиться, и настанет пора системных занятий в детском саду, в кружковой деятельности. Мы должны дать ребёнку хорошо отдохнуть в летний период, а так же не забыть знания, умения и навыки уже приобретённые детьми. Летом в основном, дети находиться на свежем воздухе. Мы путешествуем, бываем в парках, организуем походы.

*Режим дня в летнее время года:*

чтобы хорошо отдохнуть в каникулы и набраться сил для дальнейшего обучения, ребёнку необходим правильно построенный режим, причем он не должен резко отличаться от распорядка дня в учебные дни.

Четкий режим необходим ребенку всегда, пусть даже на время каникул он будет более щадящим. Время отхода ко сну можно сдвинуть на час-полтора в зависимости от возраста (но крайне желательно, чтобы ребёнок ложился не позднее одиннадцати вечера). От ранних утренних подъемов по будильнику ребенка тоже желательно избавить, хотя, конечно, многие детки сами по себе жаворонки и рано встают даже на каникулах, чтобы побольше успеть. Норма сна для дошкольников и школьников — 9-10 часов, если спать дольше, появятся вялость, разбитость, да и времени на игры и прочие радости останется меньше, так что не бойтесь будить ребенка после 9 утра.

Летний режим также обязательно включает все привычные гигиенические процедуры, утреннюю зарядку (перед школой или садиком на нее часто не остается времени, две прогулки — до обеда и вечером, и обеденный сон или отдых *(в зависимости от возраста)*.

8.00 Подъем

8.00-9.00 Умывание, бег, зарядка, обливание водой

9.00-9.20 Завтрак

9.20 Чистка зубов

9.30-10.30 Занятия, чтение

10.30-13.00 Свободное время, поход на речку, в лес

13.00-13.30 Обед

13.30-14.00 Помощь по дому

14.00-16.00 Тихий час

16.30 Полдник

17.00-19.00 Свободное время

19.00-20.00 Помощь в огороде

20.00 Ужин

20.30-21.30 Свободное время

21.30 Подготовка ко сну

22.00 Отбой

Схема приведена в качестве образца, от которого, безусловно, могут быть незначительные отклонения. Главное, чтобы своевременно выполнялись основные элементы режима.

 Чем же занять детей на отдыхе? Игры с родителями – это неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение.    Предлагаем вам игры и упражнения, которые вы можете использовать с детьми во время летнего отдыха.

*Игры с мячом на отдыхе в летний период*

1. Игра «Вышибалы» дети и взрослые становятся в центре, а один водящий вышибает мячом игроков. Игроки должны быть ловкими и увильнуть от мяча.

2. Игра *«Скажи что лишнее»* (шапка, кеды, туфли, чешки.) водящий кидает мяч каждому игроку и ждёт ответа, обратного хода мяча с ответом.

3. Игра *«Один – много»*. Вы говорите ребенку один предмет, а он много (одна книга – много книг, один горшок – много, одна белка – много, один заяц – много … и др.)

4. Игра *«Один, два, пять»*. Вы говорите ребенку один предмет, а он два и пять этих же предметов. (Одно яблоко – два яблока, пять яблок; одна груша – две груши, пять груш, один стул – два стула, пять стульев и тд.)

5. Игра *«Назови ласково»*. Вы называете предмет, а ребенок называет этот же предмет ласково. *(Стул – стульчик, книга – книжечка, полка -, юбка - … и тд.)*

6. Игра *«Кто у кого»*. Вы называете животное, а ребенок его детеныша. (У кошки – котенок, у свиньи – поросята, у овцы -, у курицы -, у лошади - … и др.)

7. Игра *«Что из чего»*. Вы называете из чего изготовлен предмет, а ребенок называет какой он. (Стул из дерева – стул какой? – деревянный, стакан из стекла – стакан какой? – стеклянный, шапка из меха – шапка какая? -, ложка из металла – ложка какая? - …и др.)

8. Игра *«Чей? Чья? Чьё?»*. Вы называете часть кого-то или чего-то, а ребенок должен ответить на вопрос *«чья?»*, *«чьё?»* или *«чей?»*, образовывая прилагательное. (Хвост лисы – хвост чей? – лисий, ухо медведя – ухо чьё? – медвежье, яйцо курицы – яйцо чьё? – куриное, хобот слона – хобот чей? -, сумка мама – сумка чья? -, гнездо птицы – гнездо чьё? - … и др.)

 *Необходимо регулярно повторять и закреплять пройденный материал. Это можно сделать с помощью следующих игр и упражнений.*

1. Покажи, пожалуйста, например, на упаковке продуктов определённые буквы

2. Выложи из камушек, ракушек буквы, геометрические фигуры

3. Допиши букву и назови её

4. Придумай слово со звуком М в начале слова *(молоко, мама, мука, мышка)*.

5. Я буду называть слова, а ты определи, где находится звук Т: в начале, середине или конце слова. *(Тумба, кот, ток, соты, вата и др.)*

6. Сначала назови слова со звуком Р, а потом со звуком РЬ.

7. работа с раскрасками, штриховка, раскрасить предмет.

Заниматься с ребёнком рекомендуют в игровой форме и соблюдая регламент. Лучше в утренние часы.

Успеха Вам и вашим детям, дорогие родители!