



Вот оно какое наше лето!

Консультация для родителей

Что такое лето? Это море света,
Радуга в ладошке, солнышко в руке!
Что такое лето? Все теплом согрето.
Можно прыгать, бегать и играть в песке.
Можно что угодно делать сколько хочешь!
Летом все так просто, просто и легко.
Накупаться вдоволь, плавать научиться,
И на самокате ездить целый день.
Ободрать коленку, но не огорчиться.
Потому что летом огорчаться лень!
Лень скучать без дела и сидеть в квартире.
Хочется на речку или в парк гулять.
Сколько впечатлений в этом летнем мире!
Все их непременно нужно нам собрать!

Летние каникулы самое подходящее время для того, чтобы накопить положительные эмоциональные ресурсы на весь год.

Лето – пора отпусков, детского отдыха.

Постарайтесь в летние дни как можно больше времени проводить с ребенком на улице. Продолжайте наблюдения за изменениями в природе. Обратите внимание на то, что сейчас, в разгар лета, дни самые длинные, а ночи самые короткие; солнце поднимается высоко, ярко светит и греет; температура воздуха самая высокая в году. Постарайтесь наблюдать с ребенком за такими явлениями, как утренняя роса, гроза, радуга, туман. Если есть возможность, понаблюдайте с ребенком за жизнью насекомых летом. Покажите, как красивы разноцветные бабочки; какие прозрачные крылышки у стрекоз; как собираются к свету лампы по вечерам мотыльки. Слушайте пение птиц, жуков, пчел, звучание ручейка, шелест листьев, звуки леса, стрекотание кузнечика, сверчка, звуки ветра и дождя – звуки природы

это развивает слуховое внимание....!

Можно предложить ребёнку игры на развитие дыхания. Они тренируют силу и длительность выдоха. *Дыхательная гимнастика отлично дополняет лечение кашля и бронхита, особенно если они – хронические. Но как уговорить ребёнка выполнять упражнения? Оказывается, если превратить их в игру, то и уговаривать ни кого и не придётся. Попробуйте сами!*

Одуванчики. Обдуть одуванчики несколькими короткими, а потом одним долгим выдохом.

Мыльные пузырьки. Пускать мыльные пузыри через соломинку (*разводит детский шампунь*)

Надувать воздушные шарик.

Стараться надувать надувные игрушки, круги, мячи.
Стараться плавать, выдыхая в воду, нырять.

Следим за тем, чтобы вдох делался через нос,
а выдох через рот (по-другому шарик не надуешь).

Как и во всех дыхательных «не-упражнениях», здесь фокус в том,
что ни одному ребёнку не придёт в голову, будто надувание воздушных
шариков, игрушек – это какая то специальная гимнастика. На самом деле – да, это
отличная тренировка дыхательной системы.

Морской бой

Вместе с ребёнком делаем бумажный кораблик
и запускаем его в таз с водой. *Задача –
с помощью сильного выдоха направить
кораблик в нужную сторону. Для усложнения
можно соорудить «флот» и устроить «морской бой».*



Эта игра требует достаточно больших усилий, поэтому к ней лучше
приступить уже после того, как вы «размялись» на более лёгких
объектах. Но дело того стоит – здесь вся дыхательная система поработает на
полную мощность.



Чудо-перышко

Требуется обычное птичье перо (не слишком большое). Игру желательно
проводить в команде их 2-х и более человек. *Цель – этого «не-упражнения» как
можно дольше удержать перо в воздухе за счёт лёгких, направленных дуновений
от одного участка к другому. Смысл – именно в продолжительности усилий.
Серия коротких выдохов отлично стимулирует отхождение мокроты их
дыхательных путей*

Как можно чаще **СЛУШАЙТЕ** детские песни о лете
Не забывайте, пожалуйста, важное правило – только **совместная игра ребенка
с родителями** формирует в нем **уверенность в вашей любви, чувство единства
семьи и дарит самые лучшие минуты счастья.**

Пусть ваш ребенок как можно больше двигается, дышит свежим воздухом,
набирается сил на новый учебный год.

