

## Что делать летом?

(рекомендации для родителей)

Чтобы лето не прошло даром, а подготовило ребёнка к занятиям.

### Тренируем силу и длительность выдоха

- ◆ Дуть на одуванчики несколькими короткими, а потом одним долгим выдохом.
- ◆ Дуть на детские флюгера.
- ◆ Пускать мыльные пузыри через соломинку (разводить детский шампунь).
- ◆ Надувать воздушные шарики.
- ◆ Плавать, выдыхая в воду.
- ◆ Играть на музыкальных игрушках: дудках, трубах, флейтах, губных гармошках.



### Развиваем мелкую моторику

- ◆ собирать, перебирать ягоды;
- ◆ перебирать крупы;
- ◆ полоть грядки;
- ◆ выкладывать рисунки из камней, шишек, спичек, круп;
- ◆ играть с пальчиками (народные игры типа «Сорока»);
- ◆ играть с глиной, мокрым песком; лепить из пластилина, теста.
- ◆ играть с мячами и мячиками (бросать, ловить, бить в цель);
- ◆ собирать мозаику, конструкторы, пазлы;
- ◆ раскрашивать раскраски цветными карандашами;
- ◆ складывать простые игрушки из бумаги (оригами);
- ◆ вышивать (крупным крестиком);
- ◆ завинчивать гайки (игрушечные и настоящие);
- ◆ плести из бисера;



## Тренируем ритмичные движения разных конечностей

- ◆ прогулки на свежем воздухе;
- ◆ посещение бассейна;
- ◆ ездить на велосипеде, совершая велосипедные прогулки всей семьёй;
- ◆ утренние пробежки;
- ◆ занятия ЛФК (лечебная физкультура);



## Развиваем мышцы речевого аппарата

- ◆ жевать мясо (а не только сосиски и котлеты);
- ◆ жевать сырые овощи (редис, морковь, репа, брюква, турнепс);
- ◆ слизывать с блюда варенье, сметану, йогурт — для распластывания языка;
- ◆ чистить зубы (и десны);
- ◆ полоскать рот;
- ◆ жевать боковыми зубами;
- ◆ сосать сухарики из хлеба, булки (соленые);
- ◆ лизать эскимо



## Очень полезно

- ◆ учить стихи — они развивают память, чувство ритма, интонацию. Не допускать пересказывания стихов (некоторые дети стремятся пересказать стихотворение своими словами)!
- ◆ читать и беседовать о прочитанном;
- ◆ посещать музеи, спектакли обсуждать увиденное;
- ◆ наблюдать живую природу, обговаривать с ребёнком всё, что он видит;
- ◆ купить на лето бумагу и краски, пусть ребёнок зарисовывает свои летние впечатления.





Лето для детей – это долгожданный праздник. Полноценное лето способно обеспечить детям запас энергии на весь будущий год. Это значит, что в летний период обязательно должны быть и новые впечатления, и общение со сверстниками и правильное питание, и закаливающие процедуры.

В то же время нельзя забывать о закреплении в памяти ребенка приобретенных в течение учебного года знаний и навыков. Самый продуктивный метод повторения пройденного материала – включить полученные за год знания и умения в рамки занимательных игр. Не надо заставлять ребенка летом заниматься специально.

Только игра и живое непосредственное общение! Вот несколько советов и подборки игр, которые помогут понять принципы летнего «обучения».

