**Консультация для родителей**

**«Игры с детьми в летний период».**

Дорогие родители!

Лето — время отдыха после рабочих будней и домашних забот. Семейный отдых позволяет больше времени провести с ребёнком, что для него особенно ценно.

Лето укрепляет здоровье детей: они становятся активнее, жизнерадостнее, проводят больше времени на свежем воздухе. Купание, прогулки, игры развивают силу, ловкость, выносливость, улучшают настроение.

Чтобы отдых был приятным и полезным для вас и ребенка, соблюдайте эти правила:

* Занятия с ребенком должны быть короткими и утренними. Расширяйте его кругозор, связывая знания с опытом.
* Обсуждайте впечатления от поездок и путешествий.
* Ограничьте время у телевизора и компьютера, больше времени проводите на свежем воздухе.
* Соблюдайте режим дня, чтобы избежать проблем с адаптацией в сентябре. Ребенок должен спать не менее 10 часов.
* Выбирайте отдых, который устраивает вас обоих.
* Планируйте экскурсии заранее, учитывая интересы ребенка.
* Игры с родителями укрепляют здоровье и сближают семью. Выбирайте игры, которые интересны ребенку, и учите его старым играм.

Вот несколько игр для летнего отдыха.

Игры с мячом. Мяч на прогулке — отличный способ развлечься. Самая популярная игра — футбол с символическими воротами. Если игроков трое и больше, можно перебрасывать мяч по кругу: кто уронит — выбывает, последний побеждает. Это развивает координацию и ловкость.

«Назови животное». В этой игре можно использовать и другие категории: города, имена, фрукты, овощи и многое другое. Игроки становятся в круг и начинают передавать мяч друг другу, называя слова. Тот, кто не может быстро назвать слово, выбывает из игры. Такая игра помогает расширить кругозор и словарный запас ребёнка.

«Съедобное – несъедобное» — это одна из старинных игр. Правила игры просты: игроки выстраиваются в ряд, а ведущий по очереди бросает мяч каждому из них, называя при этом какое-либо слово. Если слово относится к категории «съедобное», игрок должен поймать мяч, а если оно «несъедобное» — оттолкнуть. Если игрок ошибается, он меняется местами с ведущим.

Можно играть во множество других игр, особенно если вы отдыхаете на природе. Например, если вы в лесу, посмотрите вокруг – наверняка найдете шишки. Устройте соревнования. Можно поиграть в игру «Кто соберет больше шишек» или «Самый ловкий». Найдите пенек и поставьте на него пластиковую бутылку. Попробуйте сбить её шишкой с расстояния. Используйте желуди, камешки, веточки – придумывайте игры вместе с детьми.

Расскажите детям о русских народных играх, таких как «Горелки» или «Чехарда». Вспомните игры, в которые играли сами в детстве: «Садовник», «Краски» или «Жмурки». Ваш ребенок будет в восторге, а вы почувствуете себя как в детстве. Отличное настроение гарантировано!

Есть игры, которые развивают мышление и внимание ребенка. Например, игра «Наоборот». Дети встают в круг. Один из них бросает мяч и говорит: «Светло». Тот, кто поймал мяч, должен сказать противоположное слово, например: «Темно», и вернуть мяч. Игра продолжается: «Широкий» – «Узкий», «Горячий» – «Холодный» и так далее. Можно использовать разные части речи: существительные, глаголы, прилагательные. Если игрок не успевает ответить или думает дольше 10 секунд, он выбывает.

Игра «Успей занять своё место». Дети встают в круг, водящий — в центре. Ведущий называет два номера, они меняются местами. Водящий должен занять одно из мест. Оставшийся без места становится водящим. Номера игроков не меняются.

Рисование мелками. Рисуйте на асфальте с детьми, изучайте буквы и цифры, можно играть в классики.

Надувание мыльных пузырей. Игра развивает лёгкие и координацию. Можно использовать палочку или соломинку.

Игры с обручем и скакалкой. Обруч можно использовать как руль или тоннель. Скакалку можно использовать как препятствие: перепрыгнуть, пройти по скакалке как по мостику, проползти под натянутой скакалкой.

Эстафета водоносов. Переносите воду с помощью ведерок, формочек, стаканчиков или тарелок. Побеждает команда с наименьшими потерями.

Игра с камешками. Мойте камешки, сортируйте, переносите их лопаткой или чашечкой. Выкладывайте фигуры на земле.

Желаем вам наслаждаться каждым мгновением, проведённым с детьми летом! Уделите больше времени весёлым прогулкам, совместным играм и увлекательным приключениям. Это время, когда можно укрепить семейные узы и создать незабываемые воспоминания. Пусть каждый момент будет наполнен радостью и любовью!

Желаем вам и вашим детям чудесного лета, наполненного теплом, улыбками и незабываемыми моментами!

