**Консультация для родителей**

**«Летний отдых будущего первоклассника»**

**Воспитатель: О.А. Сысоева**

Приближается лето, и родители, главным образом, сосредоточены на вопросе организации летнего отдыха для своего ребенка. Независимо от того, идет ваш ребенок в школу или еще нет, его необходимо оздоровить. Не стоит пытаться усадить будущего первоклассника за стол раньше времени, тем более, когда на улице отличная погода для того, чтобы гулять: бегать, прыгать, купаться в водоемах и строить песочные замки. Свежий воздух, двигательная активность и рациональное питание – важнейшие факторы здоровья – способствуют всестороннему развитию человека. Недаром две с половиной тысячи лет назад на громадной скале в Элладе были высечены слова «Если хочешь быть сильным – бегай, хочешь быть красивым – бегай, хочешь быть умным – бегай!».

Для более убедительной аргументации вспомним также, что по статистике более 90% школьников имеют одно или два хронических заболевания. Наиболее распространенными являются:

- заболевания органов зрения. Чаще всего детские глаза страдают от близорукости. Согласно подсчетам, очки «для дали» носит каждый пятый ученик младших классов и почти половина старшеклассников;

- нарушения осанки наблюдаются у 8 из 10 школьников.

Стоит также учитывать и тот факт, что обучение в школе может быть сопряжено для ребенка со всевозможными стрессами: необходимо усваивать и подчиняться школьным правилам поведения и распорядку дня, взаимодействовать с учителем и одноклассниками, выполнять задания и просто пребывать определенное время вне маминого (папиного, бабушкиного) присутствия.

Поэтому занимайтесь с ребенком как можно больше в игровой форме на свежем воздухе, направив свои усилия на развитие у него познавательных психических процессов: памяти, внимания, воображения, мышления. Вместе с ребенком можно заучивать стихотворения, загадывать друг другу загадки, придумывать нетрадиционные варианты использования знакомых предметов, поиграть в игры: «Съедобное – несъедобное», «Крокодил» и пр. Уделите также внимание психологической подготовке своего чада к школе.

 Ниже приводятся в качестве примера несколько упражнений на развитие познавательных психических процессов, которые не требуют особой подготовки и специального рабочего места.

**Упражнения на развитие внимания**

*Сосчитаете ли?*

Набираете такие предметы, которых много под руками. Это могут быть камешки, ракушки, палочки, шишки и т.д. Раскладываете  их беспорядочно один за другим. Пусть они легли так: камешек, ракушка, камешек, шишка, камешек, камешек, ракушка…

Нужно узнать, сколько всего камешков, ракушек и т.д., но считать можно только следующим образом: первый камешек, первая ракушка, второй камешек, первая шишка, третий камешек, четвертый камешек, вторая ракушка…

Это упражнение развивает сосредоточенность, распределение и устойчивость внимания.

*Дрессированная муха*

Для этого упражнения используется лист бумаги, расчерченный на 16 клеток, изображение мухи или пуговка (игровая фишка), которая будет символизировать это насекомое. Но можно расчертить 16 клеток и на песке и в качестве мухи использовать камешек или ракушку.

Поместите вашу «муху» на любую клетку игрового поля. Теперь вы будете ей приказывать, на сколько клеточек и в каком направлении нужно перемещаться. Ребенок должен представить себе мысленно эти передвижения. После того, как вы отдали мухе несколько приказаний (например, одна клеточка вверх, две вправо, одна вниз), ребенок должен показать то место, где теперь должна быть хорошо дрессированная муха. Если место указано, верно, то передвиньте муху на соответствующую клеточку.

*Зеркало*

Сядьте или станьте с ребенком друг напротив друга. Один из вас совершает разные движения: поднимает руки, двигает ими в разные стороны, чешет нос. Другой – «зеркало» первого.

Для начала можно ограничиться движениями рук, но постепенно усложнить игру: строить рожицы, поворачиваться и др. Время игры ограничивается 1-2 минутами. Если «зеркало» сумело продержаться нужное время, оно получает один балл. Выигрывает набравший большее количество баллов.

**Упражнения на развитие памяти**

*Все помню*

Играть можно всей семьей или вдвоем с ребенком. Оговаривайте тему, на которую будут говориться слова (города, растения, животные и т.п.). Затем первый игрок называет первое слово. Второй игрок должен назвать первое слово и добавить свое. Третий игрок должен повторить два предыдущих слова и назвать свое и т.д. Допустивший ошибку выбывает из игры.

*Художник*

Ребенок играет роль художника. Он внимательно рассматривает того, кого будет рисовать. Потом отворачивается и дает словесный портрет. Можно использовать игрушки.

*Что исчезло?*

Перед ребенком раскладывают несколько предметов или картинок. Он рассматривает их, затем отворачивается. Взрослый убирает один предмет. Ребенок смотрит на оставшиеся предметы и называет, что исчезло.

**Упражнение на развитие воображения**

*Пять точек*

На листе бумаги без всякого порядка нарисуйте пять точек. Предложите ребенку нарисовать человечка таким образом, чтобы на двух точках он стоял ногами, еще две приходились на центр ладоней, а пятая – на центр головы.

**Упражнение на развитие мышления**

*Найди лишнее слово*

Прочитайте ребенку серию из четырех слов. Предложите определить, какое слово по смыслу является лишним. Примеры:

Старый, дряхлый, маленький, ветхий;

Храбрый, злой, смелый, отважный;

Яблоко, слива, огурец, груша;

Молоко, творог, сметана, хлеб;

Час, минута, лето, секунда;

Ложка, тарелка, кастрюля, сумка;

Платье, свитер, шапка, рубашка;

Мыло, метла, зубная паста, шампунь;

Береза, дуб, сосна, земляника;

Книга, телевизор, радио, магнитофон.