

Советы педагога-психолога на лето

Лето – это прекрасная пора! У многих появляется **возможность больше времени проводить с ребенком**. Так как же сделать это время максимально полезным для родителя и ребенка?

Чтобы отдых принес только удовольствие Вам и вашему ребенку постарайтесь соблюдать **некоторые правила**:

☀ Старайтесь соблюдать **режим дня**, иначе очень трудно к нему возвращаться в сентябре. Не забывайте, что недосыпание развивает неврозы, возрастает утомление. Время сна должно соответствовать возрастным нормам.

☀ Всеми силами отвлекайте ребенка от телевизора и телефона, проводите все свободное **время на свежем воздухе**, катайтесь на велосипеде, самокате, роликах, играйте в подвижные игры.

☀ Предложите ребенку новые **игры** — для этого не обязательно вести его в детскую игровую комнату в современный торговый центр. Дети любят простые вещи: покажите, как играть в классики, купите скакалку, мячик или мелки. Вспомните, во что вы сами играли в детстве. Проведите с ребенком целый день на улице, разглядывая птиц, насекомых и деревья.

☀ **Игры с родителями** – это неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение, и развитие речи. Совместные игры сближают родителей и детей.

☀ Если Вы решили заниматься со своим ребенком, помните, что эти занятия должны быть короткими и проводить их лучше в утренние часы. Ваша задача - **расширять кругозор детей**, соединяя имеющиеся знания и жизненный опыт ребенка.


☀ Планируя экскурсию на отдыхе, обсудите с ребенком заранее, как он к этому относится, если реакция негативна, попробуйте найти компромисс: выбрать другую экскурсию, которая интересна и Вам, и вашему ребенку. Советуйтесь с ребенком, будьте **внимательным слушателем**, ценность общения не в количестве времени, а в качестве общения (внимание + уважение + понимание), ведь это самые ценные минуты вашего общения.


☀ Обязательно приобщите к обсуждению летних планов ребенка вне зависимости от его возраста. Если ребенок чувствует свою вовлеченность в процесс принятия решений, шансы на получение им позитивного опыта на отдыхе увеличиваются.


Солнечного и теплого лета!

Что читать ребенку летом?

Совместная деятельность родителей и детей во время летнего отдыха может и должна стать прекрасной школой общения и взаимопонимания.

 Книга, которую читает взрослый ребенку, должна нравиться ему самому. Если Вам не нравится - лучше не берите, это будет чувствоваться в вашем чтении и не вызовет должного отклика у ребенка.

 Выберите правильное время для чтения. Не читайте насильно. Если ребенок хочет поиграть, побегать, предоставьте ему такую возможность, а для чтения подойдет и вечернее время, и послеобеденное.

 Читая книгу, важно успеть остановиться до того момента, когда ребенок заскучает. Лучше чуть меньше, но регулярно (каждый день по 10-15 минут).

Примерный список книг для детей от 1,5 до 3 лет:

- Маршак С. «Слон», «Тигренок», «Совята» (из цикла «Детки в клетке»).
- Лагздынь Г. Стихи («Зайка, зайка, попляши!», «Петушок» и др.).
- Русские народные потешки (сборники потешек и детских песенок «Зарязаряница», «Запел Петушок», «Еду, еду в бабе, к деду», «Гуленьки», «Баю-баюшки, баю», «Трынцы, брынцы, бубенцы», «Радуга» и др.).
- Русские народные сказки: «Репка», «Курочка Ряба», «Теремок», «Колобок», «Как коза избушку построила», «Пряничный домик».
- Сутеев В. «Цыплёнок и утёнок», «Кто сказал «Мяу»?», «Три котенка», «Под грибом».
- Токмакова И. «Где спит рыбка».
- Чарушин Е. «Курочка» (из цикла «Большие и маленькие»).
- Чуковский К. «Цыплёнок», «Телефон». • С. Михалков, Д. Хармс, Ю. Мориц, В. Левин, К. Ушинский, Г. Бойко.


Примерный список книг для детей от 3 до 5 лет:


- Благинина Е. Стихи для детей.
- Барто А. Стихи и циклы стихов, например, «Вовка - добрая душа».
- Берестов В. Любые произведения для детей.
- Гаршин В. «Лягушка-путешественница».
- Дружков Ю. «Приключения Карандаша и Самоделкина».
- Ежикова З. «Крот и его друзья».
- Житков Б. «Что я видел», «Рассказы о животных», «Про Пудю».
- Журавлева Е. «Фунтик» и другие книги.


- Жуковский В. «Стихи для детей». □ Заходер Б. «Стихи для детей».
- Козлов С. «Трям! Здравствуй!».
- Михалков С. «Зайка-зазнайка», «Дядя Стёпа» и другие стихи.
- Мориц Ю. Стихи для детей, «Букет котов».
- Мошковская Э. Стихи для детей.
- Нестайко В. «В стране солнечных зайчиков».
- Самойлов Д. «Слонёнок пошёл учиться», «Слонёнок турист».
- Сапгир Г. Стихи для детей.
- Сладков Н. «Сказки леса».
- Сутеев В. «Петя и Красная шапочка» и другие сказки.
- Токмакова И. Стихи для детей.
- Толстой А. «Буратино, или золотой ключик».
- Успенский Э. «Чебурашка и Крокодил Гена», стихи для детей.
- Линдгрэн М. «Зайчишка-Пушишка». □ Милн А. «Винни-Пух и все-все-все». □ Туве Янсон – «Шляпа волшебника».

 **Примерный список книг для детей от 5 до 7 лет:**

- Алешковский Ю. «Кыш и Два портфеля», «Кыш и я в Крыму».
- Александрова Г. «Домовенок Кузька и волшебные вещи».
- Бианки В. «Лесная газета», «Синичкин календарь».
- Волков А. «Волшебник Изумрудного города».
- Губарев В. «Трое на острове», «В тридевятом царстве».
- Драгунский В. «Денискины рассказы».
- Катаев В. «Цветик-семицветик», «Дудочка, кувшинчик».
- Крылов И. Басни.
- Мамин-Сибиряк Д. «Серая шейка», «Аленушкины сказки».
- Маршак С. «Двенадцать месяцев», «Умные вещи».
- Михалков С. «Праздник непослушания».
- Носов Н. «Приключения Незнайки и его друзей».
- Остер Г. «38 попугаев», «Сказка с подробностями».
- Токмакова И. «Аля, Кляксич и буква А».
- Толстой А. «Приключения Буратино».
- Успенский Э. «Дядя Федор, пес и кот», «Трое из Простоквашино».
- Шварц Е. «Золушка», «Снежная королева».
- Андерсен Г. Сказки и истории.
- Лагерлеф Сельма «Чудесное путешествие Нильса».
- Линдгрэн Астрид «Карлсон», «Пэппи длинный чулок». □ Родари Джанни «Приключения Чиполлино», «Торт в небе».

 Желательно, чтобы во время чтения ничего не отвлекало малыша от процесса. Читайте, и наблюдайте за крохой – что его удивило, что понравилось, к чему остался равнодушен. Эмоции малыша помогут Вам лучше понять его предпочтения, и может быть даже страхи.

 После прочтения книги или странички задавайте вопросы, стимулирующие речь ребенка: «Кто здесь нарисован?», «Что делал зайчик?», «Как говорит мишка?» и т. п.

 Пересказывайте сами, то, что прочитали и со временем ваш малыш начнет подражать вам: читать, рассказывать и внимательно изучать мир, замечая удивительное и радуясь новым открытиям!