**Консультации для родителей детей дошкольного возраста на тему «Летний отдых»:**

***«Летний отдых детей и родителей»***

Формы и содержание летнего отдыха во многом определяются материальными возможностями родителей. Кроме того, выбор формы проведения отпуска или выходного дня происходит с учетом интересов, склонностей и возможностей семьи. Формы летнего отдыха детей и родителей могут быть самыми разнообразными: **путешествия, туристические походы, выезд на природу, отдых на даче, в саду, в деревне** и др. Каждая семья сама определяет наиболее приемлемые формы организации отдыха.

Если подойти к данному вопросу с выдумкой, фантазией, то родители вместе с детьми способны составить интересную оздоровительно-развлекательную программу совместного отдыха. Дети должны быть главными лицами этой программы и решать самые ответственные вопросы. В этом случае они проявят максимум инициативы и творчества. Пожалуй, наиболее универсальным видом активного отдыха для всех членов семьи является **туризм**, который осуществляется в различных формах: туристических походах и туристических прогулках.

Туристические семейные походы дают ни с чем не сравнимый оздоровительный эффект, получаемый в результате комплексного воздействия на организм природных факторов и разнообразной двигательной активности, служат надежным средством укрепления здоровья и восстановления сил.

Кроме того, совместные походы способствуют укреплению семьи, формируют у детей положительные нравственные качества, развивают любознательность, приобщают к миру природы, воспитывают бережное отношение к ней. Они расширяют кругозор ребенка, формируют представление об истории родного края, традициях и культуре народа. В семейном походе дети чувствуют свою причастность к общему делу, видят, какую пользу они приносят. Именно в походе возникает духовный контакт, о котором многие родители только мечтают.

Туристические прогулки предполагают кратковременное пребывание в природных условиях и овладение некоторыми элементарными туристскими навыками. Во время туристических прогулок решаются:

* **оздоровительные цели** (закалка, получение запаса бодрости, укрепление иммунитета, эмоционально-психологическое оздоровление); познавательные (изучение родного края, знакомство с его историческими и природными достопримечательностями);
* **практические** **цели** (сбор грибов, ягод, лекарственных растений);
* **развлекательные** **цели** (игры, конкурсы, соревнования и др.).

Семьи, в которых уже сложились определенные туристские традиции, объединяясь, могут проводить праздники на природе, туристские слеты, физкультурно-оздоровительные праздники.

Правильно организованный летний семейный досуг выполняет восстановительную функцию семьи, т.е. имеет своей целью восстановление и поддержание здоровья, **удовлетворение** различных **духовных потребностей**.

Содержание семейного досуга определяется интересами каждого члена семьи. Интересы, как правило, бывают различны, однако часто даже внешне разные интересы можно объединить одной идеей. Все будет зависеть от того, с каким настроением вся семья будет подходить к организации того или иного дела, насколько все увлечены процессом подготовки и проведения выходных, праздников или просто тихого семейного вечера. Семейный досуг должен доставлять удовольствие каждому члену семьи. Только тогда он будет оказывать развивающее воздействие на детей и взрослых, повышать их культурный уровень.

**Самые яркие впечатления** у детей остаются тогда, когда они **вместе с родителями** ездят отдыхать. Дети с восторгом будут рассказывать своим друзьям о том, где они были, что видели, как собирали грибы и ягоды, как купались в реке. Никакой мультфильм, никакая сказка не заменят собственных впечатлений, собственной живой мысли, собственного внимательного взгляда и собственного действия.

Совместный отдых на природе способствует межличностному общению детей и родителей, которое имеет большой воспитательный потенциал. Ребенок всегда испытывает потребность в общении с другим человеком, и для ребенка этим человеком должен быть родитель. Обычно в своих беседах с детьми взрослые чаще всего затрагивают те темы, которые, с их точки зрения, соответствуют возрастным интересам ребенка: школьные дела, друзья, учителя.

Опыт показывает, что семейные проблемы, по мнению родителей, особого интереса для детей не представляют. На самом деле, как показывают опросы детей и подростков, они не знают своей родословной, где и кем работают их родители, чем они занимаются в свободное время, из чего складывается доход семьи и каким трудом он достается. Если семья какое-то время выходного дня или отпуска находится в городе, то целесообразно также позаботиться об интересном и полезном для здоровья времяпрепровождении. Это могут быть прогулки в парке, сквере, посещение аквапарка, игры на детской площадке, различные развлечения.

**Развлечение** — это такая форма организации досуга, которая предполагает использование различных игр, забав, аттракционов с целью получить или доставить удовольствие, отвлечься от повседневных забот и проблем.

Исходя из возрастных особенностей детей и специфики развития различных видов деятельности, **развлечение** можно определить как **особую форму организации досуга с целью доставления детям удовольствия, обобщения и закрепления полученных ранее знаний, умений и навыков.**

Традиционно выделяют шесть видов развлечений:

1. музыкальные концерты;
2. инсценировки;
3. зрелища;
4. спортивные развлечения;
5. концерты детской художественной самодеятельности;
6. развлечения с красками и карандашами.

В зависимости от своих интересов и способностей каждая семья может выбрать тот или иной вид развлечений. К их подготовке и проведению должны быть привлечены дети. Они должны стать активными участниками, а не пассивными зрителями.

Таким образом, каждый вид летнего семейного отдыха принесет ожидаемый результат только в том случае, если он будет заранее спланирован, продуман и нацелен на получение удовольствия родителями от совместного содержательного времяпрепровождения.