**Консультация для воспитателей**

**«ЛЕТО – ВРЕМЯ ОТДЫХА И УКРЕПЛЕНИЯ ЗДОРОВЬЯ»**

Летний сезон справедливо рассматривается как наиболее благопри­ятный для укрепления здоровья и физического развития детей.

Основная задача педагога при этом как можно полнее удовлетворить потребность растущего организма в отдыхе, творческой деятельности и движении.

В то же время лето таит и некоторые опасности для здоровья детей: опасность перегрева, снижения аппетита и общей расслаблен­ности в жаркие дни, солнечного ожога, нервного перевозбуждения, утомления.

Задачи детского сада - использовать благоприятные для укрепления здоровья и физического развития детей условия летнего времени и предохранить их от возможных опасностей.

Педагоги и обслуживающий персонал должны хорошо знать правила охраны жизни и здоровья детей, уметь оказывать первую медицинскую помощь.

Педагогам следует помнить, что большое влияние на здоровье детей оказывают эмоциональное настроение ребенка, его самочувствие в коллективе сверстников, взаимоотношения с окружающими взрослыми. Поэтому надо стремиться к личностно-ориентированному общению с детьми.

Центральное место занимает режим дня. Режим дня в летний период предусматривается максимальное пребывание детей на свежем воздухе, соответствующая возрасту продолжительность сна и других видов отдыха. Вся деятельность детей переносится на улицу.

В этот период планируются только музыкальные, физкультурные занятия и изодеятельность детей.

День должен быть наполнен интересными занятиями и играми. Всякая пустота, бездействие дезорганизует детей, расслабляет их организм, порождает скуку, апатию. Если их активность не находит применения, они стремятся заполнить своё время самыми разными формами деятельности, и при отсутствии руководства способны нанести ущерб как самим себе, так и окружающим.

Поэтому деловое настроение важно создать с самого утра. Начинается день с приема детей и утренней гимнастики на свежем воздухе. Воспитатель или его помощник до прихода детей смачивают песок, увлажняют от пыли участок группы.

При организации летнего досуга детей педагогу желательно планировать такие мероприятия, которые не требуют значительной подготовки со стороны детей, имеют развивающую и воспитательную функции, проводятся в эмоционально привлекательной форме.

Кроме того, важно, чтобы эти мероприятия не требовали громоздкой подготовки и со стороны педагогов.

В своей работе педагоги могут использовать разные формы работы с детьми – музыкальные часы, игры – путешествия, в т.ч. по экологической тропе, выставки коллекций, соревнования и эстафеты, показ театра, чтения, игровые часы, труд на огороде, продуктивно-художественная деятельность и др.

Формы организации деятельности с детьми - в основном коллективные. Но воспитателям необходимо уделять большое внимание индивидуальной работе, в т.ч. коррекционной.

В часы, когда очень жарко, дети привлекаются к деятельности, не требующей особого напряжения умственных и физических сил.

В то же время лето надо всемерно использовать для организации игр с дви­жениями. Поэтому на участке подбираются игры и пособия, пользуясь которыми дети упражняются в разнообразных движениях.

Воспитатель, руководя играми, заботится о чередовании детской деятельности.

Он следит, что6ы дети не перегревались, меняли позу, т. к. длительное пребывание в положении стоя, сидя, сиде­ние на корточках затрудняет кровообращение, дыхание, может привести к *искривлению* позвоночника, утомляет нервную систему детей.

В режиме летнего дня много моментов, когда целесообразно прив­лекать детей к труду. Утром, как обычно, работают дежурные по уголку природы, по столовой.

В течение дня могут участвовать в уборке участка, шкафа с игрушками, на огороде, в цветнике, в угол­ке природы. Увлекательны для детей занятия по изготовлению игру­шек-самоделок из бросового и природного материала.

В режиме летней жизни около полудня фиксируется время для закаливающих процедур.

Целесообразно сочетать закаливающие вод­ную процедуру с предобеденным умыванием после прогулки: мытье рук и ног, их обливание с последующим растиранием полотенцем.

Полезна ходьба босиком (но не в туалет), сон без маечек.

Летом необходимо особенно тщательно следить за чистотой рук, за питьевым режимом.

*Очень важно продумать планировку участка и его оборудование.*

Наиболее любимые игры детей- с песком и водой. Пасок должен быть влажным и взрыхленным. Должно быть достаточно совочков, ведерок и т. п

Для игр с водой можно использовать большой таз с различными игрушками (рыбки, уточки, пупсы для купания и др.). Он должен быть в постоянном пользовании детей в теплые летние дни, особенно для малышей.

Можно выносить детям несколько одеял для игр, картонные коробки для сюжетно-ролевых игр, куклы, машины и др.

На верандах целесообразно устанавливать столы, скамейки для изодеятельности, рассматривания книжных иллюстраций, конструирования, дидактических игр и т.д.

Лето – благоприятный период для реализации программных задач по ОБЖ, формированию у воспитанников культурно-гигиенических навыков. Особое внимание в летний период уделяется профилактике детского дорожного травматизма.

В летний период достаточно внимания должно быть уделено познавательно-исследовательской деятельности: наблюдениям на прогулке за явлениями живой и неживой природы (состоянием почвы, температурой воздуха, осадками, ветром, движением облаков), построению взаимосвязи, взаимозависимости предметов и явлений природы, экспериментированию с водой и песком, коллекционированию, решению проблемных ситуаций.

В летних условиях участки должны представлять собой большую групповую комнату, где дети могли найти себе занятия по интересам.

До обеда у детей много времени для разнообразных творческих игр.

После сна детям полезно подвигаться, следует организовать подвижные игры, если не очень жарко.

Большое место летом отводится развлечениям, которые организуются 1 раз в неделю. Развлечения проводятся как отдельно в каждой группе, так и для всех детей.

Для взаимодействия с родителями планируются совместные проекты, акции, развлечения, а также консультации, фотовыставки, беседы и др.

Правильно организованная работа в летний период приносит воспитанникам много радости, улучшает их эмоциональное состояние, способствует умственной и физической активности и укреплению здоровья.