

Консультация для родителей

«Совместная деятельность родителей и детей»

Полноценная семья – мама, папа и малыш. Что может быть прекрасней! Часто родители видятся с ребенком только вечерами после работы и только свой законный выходной могут провести вместе со всей семьей .

Как же можно провести выходные с пользой для вас и вашего малыша?

Что дает семье совместное времяпрепровождение? Во-первых, скрепление отношений. Дети и родители вместе – это помогает ребенку понять, насколько сильно его любят мама и папа. Кроме того, после такого дня поднимается настроение у всех членов семьи. Выполнение упражнений для дыхательной гимнастики у детей- отличная профилактика заболеваний органов дыхания, укрепляет иммунитет ребёнка.

Итак, как же можно провести выходные с семьей?

Утро выходного дня

1.Советуем соблюдать режим.

6:30 – 7:30 – Пробуждение после ночного сна, высаживание на горшок, умывание, зарядка. Пробуждение будет легким и веселым для ребенка, если использовать [утренние игры](#) .

Солнышко, солнышко,
загляни в окошко.

Загляни в окошко,
разбуди Тимошку.

Чтоб денек чуть-чуть был дольше,
чтобы мы узнали больше,
чтоб игрушки не скучали,
а с Тимошечкой играли.

После того, как малыш проснулся, следует высадить его на горшок Когда [высаживание на горшок](#) является частью режима (происходит по часам), это не вызывает у ребенка негативных эмоций.

Следующий шаг – это умывание. Хорошо использовать [стихи и потешки для умывания](#), которые помогут сделать процесс приятным и развивающим.

Зайка начал умываться.

Видно в гости он собрался.

Вымыл ротик,

Вымыл носик,

Вымыл ухо,

Вот и сухо!

2.Советуем выполнять совместную зарядку.

Гимнастика (зарядка) для двухлетнего малыша будет состоять из 5-6 посильных и увлекательных упражнений для каждой группы мышц его тела: плечевого пояса и рук, туловища; ног, стоп.

Чтобы малыш получал удовольствие от ежедневной утренней зарядки, она должна проходить в игровой форме, быть не утомительной и длиться в течение 5-7 минут.

Хвалите ребенка, помогайте ему правильно выполнять упражнения, а так же комментируйте или озвучивайте каждое движение веселыми прибаутками, песнями и звуками и т.п.

Например, выполняя движение «Паровозик», вы можете имитировать звуковые сигналы паровоза: «Чух, чух, чух! Ту-туууу!» и привлекать ребёнка повторять звуки. Это не только интересно, но и полезно для малыша (для его органов дыхания).

Итак, упражнения для всех групп мышц малыша:

1. Бег или ускоренная ходьба. Как правило, двухлетний кроха не совсем умеет бегать, поэтому предложите ему быстро походить. Это упражнение очень полезно для:

развития коры головного мозга
совершенствования кровеносной системы
развития дыхательной системы
разминки практически всех мышц тела.

2. Марш – это ходьба, похожая на строевой шаг, которая длится в течение 30 -40 секунд.

Можете разучить специальные стихи, к примеру:

Марширую на парад

Я зарядке очень рад

И вот что я вам скажу

С физкультурой я дружу.

3. Ловим бабочек. Во время этого упражнения малыш может двигаться по комнате в любом направлении и хлопать в ладоши, имитируя ловлю бабочек. Если у вас есть обруч, то дайте его ребенку, пусть использует его в качестве сочка для ловли мнимых бабочек.

3. Советуем задействовать малыша в приготовлении завтрака. Пусть ребенок помогает расставлять приборы, раскладывать тарелки папе и маме. Мыть овощи и фрукты. В общем, завтрак должен быть полезным и активным.

Далее стоит прогуляться, подышать свежим воздухом. Спускаетесь по лестнице, выходя из дома, или поднимаетесь обратно, расскажите:

вот это – ступеньки, чтобы подниматься высоко или опускаться низко;

а это – перила, за которые держатся ручками, чтобы не упасть.

И считайте ступеньки!!! Это можно делать обычным образом или в обратном порядке а можно занимательной считалочкой, например, давно всем известная: «Раз, два, три, четыре, пять, вышел зайчик погулять, вдруг охотник выбегает, прямо в зайчика стреляет, пиф-паф, ой-ой-ой, убегает зайчик мой!». Думаю, при желании, вы сможете вспомнить еще кучу разных увлекательных считалочек из своего детства. И процесс выхода на улицу будет не только веселым, но и полезным для вашего малыша.

Дневная прогулка

Скоро наступит зима, можно кататься на санках. Кроме того, можно весело провести время на катке. Да и просто подвижные игры на улице пойдут только на пользу.

Игра «Строим снеговика»

Построить снеговика можно с детьми начиная с двух лет. Эта игра интересна не только детям, но и взрослым. Строительством снеговика можно заниматься в теплый зимний день, когда снег влажный, липкий.

Игра «Снежная крепость»

Дети любого возраста с увлечением занимаются постройкой снежной крепости. Построить снежную крепость поможет ваша фантазия и фантазия вашего ребенка. Вы можете построить снежную крепость, используя ведро, набивая в него снег и складывая в определенное место в качестве стены крепости. Возможен вариант строительства стен крепости из раскатанных шаров. Некоторым детям нравится прыгать в середину сугроба и сооружать крепость там, прорывая ходы или же расчищая их лопаткой.

Игра «Снежные пирожные»

Игра предназначена для детей двух-, трехлетнего возраста. Возьмите с собой на прогулку различные формочки и игрушки в виде пластмассовых зверюшек. Набейте эти формочки снегом. Украсьте снежные угощения ягодками с деревьев, засохшей травой, камешками. Снежные пирожные готовы. Угостите снежным лакомством снеговика и игрушек-зверюшек.

Наблюдения за снежинками.

В снегопад возьмите с собой на прогулку лист черного картона. На черном фоне вы сможете отлично рассмотреть упавшие снежинки. Отмечайте вместе с малышом все их особенности: цвет, форму, многообразие. Дайте ребенку потрогать снег пальчиком без варежки, и пусть он увидит, как быстро снежинки исчезают на теплой ладошке.

Льдинки.

В морозную погоду принесите из дома небольшое количество воды в неглубокой чашке. Понаблюдайте, что становится с водой, как она замерзает. Для разнообразия можно добавить в воду краски, тогда получатся красивые цветные льдинки.

Используя природные материалы (камешки, веточки) и объекты окружающего мира (деревья, машины и т.п.) изучайте понятия «толстый-тонкий», «большой-маленький», «много-мало», цвета, свойства предметов и т.п.

Развивайте словарный запас – обсуждать различные объекты, встречаемые на улице (животные, птицы, растения, люди, транспорт, постройки, подъезд, Называйте качества этих объектов, рассказывайте, зачем они нужны.

Что же дальше? А дальше, несомненно, время обеда. Аппетит, как ни странно, нагуляли или, по крайней мере, наиграли. Пока мама подготавливается к обеду, ребёнок на кухне тоже можно занять

Пускай ваш ребенок поможет сделать Вам салат и порвёт сам салатные листья. Предварительно малыш может вымыть с Вами овощи.

Грецкий орешки интересно раскладывать «по домикам» в яичный лоток, а оттуда – в бутылку. Минут 15 самостоятельной игры Вам обеспечено!

Из фасолинок или макарон можно выкладывать дорожки. Например, попросите ребенка помочь добраться маленькому медвежонку к папе.

Не менее интересные игры с макаронами и губками для мытья посуды

12:30 – 15:30 – Подготовка к дневному сну, сон.

Дневной сон никогда не вызывает проблем, если отправляться в кровать по расписанию!

Чем заняться вечером дома? Развивающие игры для дома

Самое простое – это, конечно, поиграть с ребенком в то, что он любит – будь то гоночные машинки или дочки-матери. Ролевые игры полезны для развития воображения ребенка и социальной адаптации.

Можно построить башню из кубиков, и если нет возможности их купить, то сделать самим их проще простого. К созданию развивающей игрушки неплохо бы привлечь и самого ребенка. Можно обклеить разноцветной бумагой любые картонные коробки от мала до велика, которые только найдутся в вашем доме. Такие самодельные и красочные кубики очень понравятся вашему малышу

Рисуйте карандашами (и не только рисуйте – карандаши можно разбросать по комнате, а потом попросить малыша помочь вам их собрать – это очень хорошо для пальчиков, фломастерами (малыш научится снимать и одевать колпачок, что, поверьте, на первых порах ой как нелегко дается маленькому художнику) и красками, лучше пальчиковыми – ими рисовать ребенку намного интереснее.

Танцуйте, пойте, читайте стихи и поговорки вместе с ребенком. А еще лучше эмоциями и жестами показывать то, о чем говорится в стихотворении. Так ваш ребенок намного быстрее поймет, как качается бычок и где у мишки лоб, в который попала шишка.

Чтобы ребенок научился отвинчивать крышки, можно сделать такой мини тренажер.

Соберите дома пластиковые бутылки различных размеров. Отрежьте верхние части (те, которые с крышками) и вставьте их в прорези на картонной бумаге, закрепив части бутылок. И развивающая игрушка для пальчиков ребенка готова!

Чтобы научить ребенка пользоваться липучками, можно сшить такую игрушку. Шьете несколько мячиков небольшого размера из разноцветной ткани. На одном мячике рисуете фломастерами глазки, носик и ротик, и ко всем мячикам пришиваете липучку. У вас получится очаровательная гусеничка, которую можно скрепить липучками, а можно играть отдельно в мячики.

Вырежьте из цветного картона буквы (и цифры и приклейте к ним маленькие магнитики.

Пока вы готовите малышу полдник, он с удовольствием прикрепит их на холодильник.

Можно вместо букв вырезать из старых книг или журналов различных зверюшек или машинки.

Наверняка у вас дома есть пластиковые баночки различных размеров (например, из-под творога, сыра или печенья). Покажите ребенку, что одна коробочка маленькая, а другая – большая, что маленькую можно положить в большую. Обязательно проговаривайте это и предложите малышу проделать то же самое.

Заверните любимую игрушку в несколько слоев разноцветной бумаги (берите оберточную – она очень привлекательна для ребенка) и дайте ребенку – пусть разворачивает и развивает [мелкую моторику!](#)

Игры со шнурками помогают изучить форму предметов, совершенствует цветовое восприятие, развивает мелкую моторику и терпение ребенка. Покажите ребенку, как из цветных шнурков или тесемок можно выкладывать контуры различных фигур и предметов. Пальчиковые игры. Эти игры очень разнообразны. Они развивают мелкую моторику, а поскольку сопровождаются веселыми стишками и потешками, то способствуют развитию речи и памяти.

Наши пальчики

♦ Читая стишок, перебирайте пальчики малыша, массируйте их:

Этот пальчик хочет кушать.

Этот пальчик — сказку слушать.

Этот пальчик ляжет спать,

Этот — выйдет погулять.

Ну а этот — в лес пойдет,

Маленький грибок найдет.

Игры с различными предметами и материалами.

Можно использовать различные круглые предметы, которые хорошо катаются между ладонями.

«Яичко»

(катаем грецкий орех или любой шарик между ладошками).

Маленькая птичка принесла яичко,

Мы с яичком поиграем,

Мы яичко покатаем,

Покатаем, не съедим, его птичке отдадим.

Игры для развития речи

Дыхательные упражнения и артикуляционная гимнастика.

Цель: формирование навыков правильного звукопроизношения; тренировка органов артикуляции.

1. «Подуем на снежинку».

Вырезать из салфетки тонкую и легкую снежинку. Положить на ладонь ребенку. Ребенок дует, чтобы снежинка слетела с ладони.

2. «Бабочка летает».

Сделать совместно с ребенком бабочку из тонкой бумаги (обертка от конфет, салфетка и т.д.). Привязать нитку. Ребенок держит за ниточку и дует на бабочку.

3. «Плывет, плывет кораблик».

Налить в тазик или ванну воду положить кораблик и предложить ребенку подуть на кораблик.

Подвижные игры с речевым сопровождением.

Дети раннего возраста очень любят играть в короткие подвижные игры с забавными стихами, которые очень активно стимулируют развитие их речи. Чем веселее и интересней речевое сопровождение, тем больше игра нравится детям и тем больший эффект в развитии речи.

Например, подвижные игры «Гуси-гуси», «У медведя во бору», «Лохматый пес», «Кот Васька».

Логоритмические игры с самомассажем.

Во время игр с самомассажем советуем читать стихотворение, сопровождая слова движениями.

«Лягушата»

Лягушата встали, потянулись и друг другу улыбнулись.

Выгибают спинки, спинки – тростинки

Ножками затопали, ручками захлопали,

Постучим ладошкой по ручкам немножко,

А потом, а потом грудку мы чуть-чуть побьем.

Хлоп-хлоп тут и там и немного по бокам,

Хлопают ладошки нас уже по ножкам.

Погладили ладошки и ручки и ножки.

Лягушата скажут: «Ква! Прыгать весело, друзья».