**Консультация «Игры с песком и водой в летний оздоровительный период»**

Сохранение и укрепление здоровья детей - важнейшая задача как родителей, так и педагогов. В решении этой проблемы, особенно в **летний оздоровительный период**, помогут снимающие эмоциональное и психическое напряжение **игры и упражнения с песком и водой**.

Педагоги считают, что **игры с песком** снимают детскую раздражительность, агрессивность, плаксивость и при этом развивают фантазию, позитивно влияют на эмоциональное состояние детей и взрослых и являются прекрасным средством для развития и саморазвития. Строя и разрушая, а затем снова воссоздавая сказочные замки или просто красивую картинку, ребенок гармонизирует свое внутреннее состояние.

Песочница - это прекрасная развивающая среда для работы с детьми дошкольного возраста. Она дает неограниченные возможности экспрессии, так как **игры с песком** насыщены разными эмоциями (восторгом, удивлением, волнением, радостью, позволяет создать символические образы, отражающие неповторимый внутренний мир ребенка. Удивительное происходит в том, что песочная страна- не что иное, как проекция внутреннего мира ребенка.

Как играть с **песком**? Детям показываем, как можно, глубоко погрузив руки в чистый речной или морской песок, перетирать его между ладонями, сжимать, просеивать, т. е. делать самомассаж.

Очень важны упражнения на развитие мелкой моторики рук: пальцы "ходят гулять" по **песку**, прыгают, выполняют зигзагообразные движения, «играют на пианино". Дети с интересом оставляют на влажном **песке отпечатки ладоней**, ступней или следов от ботинок.

Нравится им делать руками отпечатки геометрических форм. При этом дети лучше запоминают их названия *(круг, квадрат, треугольник)* и величину *(большой, маленький, средний)*. С удовольствием дошкольники играют в "сыщиков" (находят глубоко спрятанную в песок игрушку, в строительство ходов, лабиринтов, колодцев.

**Игры с песком** - это возможность обучения детей природному и ландшафтному **конструированию**. Из **песка** и природных материалов (кусочков дерева, веток, камешков, они сооружают реки, горы, туннели, мосты. При этом развивается кругозор детей, их речь, пространственная ориентация, умение сотрудничать друг с другом, работать и играть сообща. На **песке детей учат рисовать**, писать буквы (пальцем, палочкой, что вызывает гораздо больший интерес, чем изображение на бумаге.

**Игры с песком позволяют**:

• стабилизировать психоэмоциональное состояние,

• совершенствовать координацию движений, пальцевую моторику,

• стимулировать развитие сенсорики, тактильно-кинестетической чувствительности,

• развивать навыки общения и речь, пространственную ориентацию,-расширять кругозор.

Через руку, входящую в соприкосновение с **песком**, ребенок получает знания и опыт-основу мышления.

Песочные **игры имеют свои названия**: "Мокрые отпечатки", "Забавные ладошки", "Песочные замки», «Картины на **песке**", "Угощения", "Золотоискатели".

Рука ребенка, соприкасающаяся с **водой**, также развивает и гармонизирует работу его мозга.В педагогике известно более сотни упражнений: от массажа рук в воде до опытов,связанных с различными агрессивными состояниями воды: жидкостью, паром, льдом.

В любом возрасте, в любом виде дети любят воду. Жаль только, что мы взрослые, уже забыли чувство радости и наслаждения от игр с **водой**, шлёпанья по мокрым лужам босиком, громкие вопли при обливании друг друга, восторга от прыжков под "грибным дождичком. Наши "ворчалки-бурчалки" по поводу мокрых рукавов, платьев, маек надолго портят настроение малышей. Но ведь одежда высыхает быстрее, чем исчезает грусть и обида из детских глазок. Не отнимайте у детей возможность наслаждаться играми с **водой**, которые они любят в любом виде.

Вот самые любимые детьми "мокрые **игры**": "Из пустого в порожнее", "Кто быстрее нальет и выльет», *«Разноцветная вода»*, «Поиск сокровищ под **водой**" и т. д.

**Игры с водой** благоприятно действуют на эмоциональное состояние детей, они имеют большие развивающие возможности. В жаркие **летние дни**, под тенистыми деревьями, удобно разместить столы, скамейки, оборудование для игр с **водой**: небольшие надувные бассейны, тазики лейки, плавающие и легко моющиеся игрушки, водные пистолеты, бутылочки-обливалочки и другие забавные, милые детскому сердцу предметы.

**ЖЕЛАЕМ ЗДОРОВЬЯ ВАМ И**

**ВАШИМ ДЕТЯМ!**