

## Летние прогулки. Консультация для родителей.

Летом вся природа благоухает разноцветьем. Благодаря обилию тепла и света, жизнь развивается в это время года бурно, во всей полноте. Как приятно погулять летом на свежем воздухе, насладиться красотой природы, а вдвойне приятнее, выйти и прогуляться всей семьей.

Лето – самое благоприятное время для оздоровления ребенка. Прогулки, игры – это лучший отдых после учебного года. Летом дети должны быть на свежем воздухе как можно дольше. Но вместе с этим, не рекомендуется допускать значительных отклонений в режиме дня: время пробуждения и отхода ко сну должны быть примерно такими, как во время учебного года, или изменены в разумных пределах.



Летом так хочется покинуть душную квартиру и отправиться за город: на дачу, на водоемы, в лес или к морю. Конечно же, родители, планируя такую поездку, берут с собой и детей. **Уважаемые родители**, очень важно позаботиться о том, чтобы поездка пришлась ребенку по душе, развивала его познавательный интерес, активность, способствовала укреплению здоровья и развитию психических процессов. Поэтому, нужно заранее обдумать, как вы будете проводить время и чем занимать вашего ребенка!

Всем известно, что игры на свежем воздухе не только приносят огромную пользу для здоровья, но и развивают творческий потенциал ребенка. Главное – подобрать такие игры, которые будут соответствовать его возрасту и интересам.

### Песок и вода

Маленьким детям дошкольного возраста будет интересно возводить замки и домики из песка. Такие игры не только порадуют вашего ребенка, но и поспособствуют развитию мелкой моторики рук, что, положительным образом скажется на развитии.

Дети постарше также с удовольствием будут заниматься строительством из песка и воды. При этом такую игру можно разнообразить, устроив, например,

соревнование, предложив построить самую высокую или красивую башню. На пляж можно взять и большой надувной мяч, игры с которым способствуют развитию ловкости, реакции и координации движений.



### **Знакомство с природой**

В парке, в лесу ребенок может увидеть много нового и интересного, что существенно расширит его познания об окружающем мире, флоре и фауне. Ему будет очень интересно наблюдать за птицами и насекомыми, смотреть на различные растения и цветы.

Привлеките внимание ребенка к разным звукам, послушайте, как поёт птичка, журчит вода. Предложите ребенку послушать тишину; обратите внимание, что даже в тишине много разных звуков: где-то шумят на ветру деревья, где-то вспорхнула птица, где-то слышен всплеск воды. Вспомните детские стихи, песенки, загадайте ребёнку загадки. Гуляя по лесу, парку, соберите разный природный материал: шишки, веточки, красивые листочки, желуди. Возле реки соберите камушки, а дома составьте коллекцию. Трогая камни, ребёнок непосредственно знакомится с гладкой и шероховатой поверхностью предметов, ощущает их тяжесть, уточняет знания особенностей формы, величины, цвета, у него развивается мелкая моторика.

Природный материал можно использовать при изготовлении поделок. Можно предложить игру «Волшебный мешочек». В мешочек положите камушек, желудь, ракушку – ребёнок на ощупь должен определить то, что ему попало в руку. В лесу или парке привлекайте внимание ребенка к деревьям, как их здесь много, какие они высокие. Обратите внимание, что в лесу тихо и прохладно.

### **Вы остались в городе?**

Для того чтобы занять ребенка интересными играми, необязательно покидать город, ведь и здесь можно найти массу полезных занятий.

Это, например, рисование цветными мелками на асфальте - занятие, которое придется по душе и малышам, и детям старшего дошкольного возраста. На асфальте можно не просто рисовать, но и изучать алфавит, математические понятия, создать лабиринт, поиграть в классики, нарисовать препятствия, дорожную разметку и изучить правила дорожного движения.

На каждой прогулке дети видят много разных растений: деревья, кустарники, пестрые цветы на клумбах, разные травы. Объясните ребенку, что все эти растения придают нашему городу нарядный вид, очищают воздух от пыли,

увлажняют его, придают ему особый аромат, оздоравливают воздух. Вот почему так важно беречь, сохранять все растения, ухаживать за ними, сажать новые.

Во время прогулок дети часто встречаются разных насекомых, у них возникает желание поймать бабочку, стрекозу. Не следует разрешать детям это делать. В природе все меньше остается красивых насекомых, поэтому просто полюбуйте вместе с вашим ребенком летающими разноцветными бабочками, стрекозами, жуками.



**Уважаемые родители,** лето характеризуется нарастанием двигательной активности и увеличением физических возможностей ребенка, которые, сочетаясь с повышенной любознательностью и стремлением к самостоятельности, нередко приводят к возникновению опасных ситуаций.

Главное, что должны помнить родители – **ни при каких обстоятельствах не оставлять ребенка без присмотра.**

### **Как же обезопасить своего ребенка от опасностей на прогулке летом?**

1. Систематически проводите беседы, разъяснения с детьми на темы: «Лазание на деревья», «Опасность дорог», «Раны и ссадины», «Почему нельзя уходить далеко от дома?», «Плывать и утонуть», «Опасность пожара», «Ядовитые грибы», «Ядовитые травы», «Признаки отравления», «Тепловой удар. Что это?», «Укус насекомых».

2. Подберите соответствующую литературу с красочными иллюстрациями на данную тематику. Позвольте ребенку посмотреть картинки самостоятельно и сделать соответствующие выводы. Дополните его выводы своим личным примером из своего личного опыта, из опыта своих близких.

Организируйте совместные прогулки с ребенком к водоему, на луг с множеством растений, среди которых есть ядовитые. Расскажите об особенностях лекарственных и ядовитых растений. Объясните, что надо быть осторожными и не пробовать все подряд (ягоды, травинки). Для закрепления знаний полезно использовать настольные игры-классификации, соответствующий наглядный материал. Покажите насекомых, безобидных и опасных, расскажите, в чем заключается опасность. Напоминайте ребенку, что ему ни в коем случае нельзя ходить по лесу одному, нужно держаться всегда рядом с родителями. Но что делать, если он чем-то увлекся и не заметил, как заблудился?

Объясните ребенку, что не нужно поддаваться панике и бежать, куда глаза глядят. Как только потерял родителей, следует кричать громче, чтобы можно

было найти друг друга по голосу, и оставаться на месте. Ребенок должен твердо знать, что его обязательно будут искать.

3. Подведите к водоему, расскажите о том, что купаться нужно только под присмотром взрослых, расскажите о правилах поведения в воде.

*Дети должны твердо усвоить следующие правила:*

- игры на воде опасны, нельзя, даже играючи, «топить» своих друзей или «прятаться» под водой;
- категорически запрещается прыгать в воду в не предназначенных для этого местах;
- нельзя нырять и плавать в местах, заросших водорослями;
- не следует далеко заплывать на надувных матрасах и кругах;
- не следует звать на помощь в шутку.

4. Отправляйтесь на прогулку только в светлом головном уборе, сшитом только из натуральных тканей. Организуйте пребывание ребенка на свежем воздухе в утреннее и вечернее время, когда солнечная активность снижена. Чередуйте отдых на улице и в помещении. Следите за тем, чтобы в жару ребенок употреблял как можно больше жидкости, лучше всего чистой воды. Внимательно относитесь к выбору одежды, чтобы избежать перегрева.

5. При совместных семейных походах приобщайте к «правильному отношению» к костру. Рассказывайте и показывайте, как правильно разводить и затушить за собой костер. Объясните, что костер разводится только взрослыми в специально отведенных и разрешенных для этого местах.

6. Учите быть внимательным на дороге, переходить дорогу только по пешеходному переходу и только после того, как убедитесь в отсутствии приближающегося транспорта.

7. Учите осторожности, чтобы избежать травмы тела.

8. Детям нужно прививать не только любовь к животным, но и уважение к их способу жизни. Необходимо объяснить, что можно делать и чего нельзя допускать при контактах с животными.

Например, можно кормить бездомных собак и кошек, но нельзя их трогать и брать на руки. Нельзя подходить к незнакомым собакам, беспокоить их во время сна, еды, ухода за щенками, отбирать то, во что играют собаки.

Напоминайте детям, что и от кошек, и от собак передаются людям болезни – лишай, чесотка, бешенство. После того, как погладил животное, обязательно нужно вымыть руки с мылом.

Если укусила собака или кошка, сразу же нужно сказать об этом родителям, чтобы они немедленно отвели к врачу.

9. Детям необходимо дать знания о насекомых, и напоминать о том, что даже полезные насекомые (пчелы, муравьи) могут причинить вред.

10. Постарайтесь стать и быть самым близким и дорогим другом своему ребенку, чтобы все свои самые сокровенные страхи, опасения и мечты, он доверял в первую очередь Вам!

**Уважаемые родители!** Мы надеемся, что наши рекомендации помогут Вам сформировать и закрепить у своих детей опыт безопасного поведения, который поможет им предвидеть опасности и по возможности избегать их. А Ваше совместное и активное времяпрепровождение с детьми оставит самые яркие впечатления о лете, которые потом ваш ребенок будет вспоминать с радостью!