Рекомендация для родителей

«Здравствуй, лето!»



- Что ты мне подаришь лето?

- Много солнечного света!

В небе радугу-дугу!

И ромашки на лугу!

Лето – долгожданное время года. Летом в полной мере мы пользуемся солнцем, воздухом, водой. Хочется провести лето активно, весело и с пользой для ребёнка.

Теплая летняя погода – отличный повод поиграть с ребёнком на свежем воздухе.

- Покататься с ним на велосипедах, попрыгать на скакалке, поиграть с мыльными пузырями, порисовать на асфальте цветными мелками.

-Устроить с детьми игры-соревнования, которые доставят вашим детям много радости и веселья.

- Организовать походы с ребёнком в парк, лес, где можно устроить мини-пикник.

Лето благоприятная пора для закаливания.

Закаливание укрепляет здоровье ребёнка, повышает устойчивость организма к простудным заболеваниям.

- Делайте утром с ребенком зарядку. Эта полезная привычка формирует такие качества ребёнка как: дисциплинированность, самостоятельность, настойчивость;

- Разрешайте своему ребёнку побегать босиком по траве, теплому песку, речной гальке. Босоного хождение обладает замечательным эффектом закаливания.

Один из лучших способов закаливания летом – это купание в реке, озере, море. Купание улучшает сон, аппетит. Собираясь на пляж, объясните ребёнку правила безопасности, которые он обязательно должен соблюдать:

1. Не заходить в воду без присмотра взрослых;

2. Всегда находиться рядом с родителями, чтобы не потеряться в толпе, которая находится на пляже;

3. Не снимать головной убор, чтобы не получить солнечный удар;

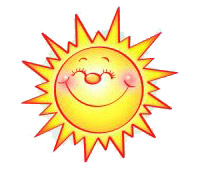
4. После купания нужно хорошенько вытереться полотенцем.

Расскажите своему ребёнку о жизни животных, наблюдайте за насекомыми, птицами, за растительным миром, за летними природными явлениями (радуга, дождь, дождевая туча, гроза). Соберите вместе с детьми разные растения и цветы, засушите их и можно сделать гербарий, а можно зимой делать красивейшую аппликацию. Возьмите с собой на прогулку альбом с цветными карандашами и рисуйте цветы, и даже целые пейзажи.

Если у вас появилось больше свободного времени, посвятите его чтению с ребёнком. Почитайте ему стихи и рассказы о лете:

Е.Трутнева «Лето», Я.Аким «Родник», В.Берестов «Веселое лето», Т.Бокова «Лето», И.Суриков «На лугу», А.Дитрих «Почему цветы красивые и душистые», К.Ушинский «Капустная белянка», Н.Сладков «Крапивница и лимонница», Н.Романова «Где дом?», В.Песков «Лечебница под сосной», В.Хмельницкий «Кому охота», И.Соколов-Микитов «Берёза» и конечно не забывайте про сказки, например сказка Х.К.Андерсон «Дюймовочка», В.Ливанов «Дед Мороз и лето».

Загадайте загадки:

Я соткано из зноя,  
Несу тепло с собою,   
Я реки согреваю,   
«Купайтесь!» — приглашаю.   
И любите за это  
Вы все меня. Я — …  
*(Лето)*

Ну-ка, кто из вас ответит:   
Не огонь, а больно жжет,   
Не фонарь, а ярко светит,    
И не пекарь, а печет?   
*(солнце)*

**

Утром бусы засверкали,   
Всю траву собой заткали,    
А пошли искать их днем,   
Ищем, ищем — не найдем.   
*(роса)*



Летит огненная стрела.   
Никто ее не поймает:   
Ни царь, ни царица,    
Ни красная девица.   
*(молния)*

Он зеленый, попрыгучий,    
Совершенно неколючий,   
На лугу весь день стрекочет,   
Удивить нас песней хочет.   
*(кузнечик)*

**

Шевелились у цветка   
Все четыре лепестка.   
Я сорвать его хотел,   
А он вспорхнул и улетел  
*(бабочка)*



Бусы красные висят  
Из кустов на нас глядят,    
Очень любят бусы эти  
Дети, птицы и медведи.   
*(малина)*

 Старайтесь как можно больше проводить время со своим ребенком, гуляйте, играйте, наблюдайте, закаляйтесь, ешьте витамины, и лето будем для вас незабываемым!