Как разнообразить летний отдых детей

Совсем скоро наступит долгожданное лето. И нам взрослым, необходимо подумать о проведении своего отпуска и отдыха детей, ведь наши дети, точно так же, как и мы с вами, нуждаются в новых впечатлениях, эмоциях, смене обстановки.

Так, где же лучше провести отпуск? Для детей врачи рекомендуют использовать природные богатства: солнце, воздух и воду, ведь при разумном их сочетании можно укрепить здоровье ребенка. А для того, чтобы обогатить себя и своих чад впечатлениями не обязательно ехать куда-то далеко, ведь родная климатическая зона - это лучший вариант короткого отпуска, так как пребывание в ней не требует акклиматизации. Нужно лишь оглядеться вокруг и решить вместе с детьми, чем можно заняться завтра, при этом вы еще научите своего ребенка планировать, рассуждать и приводить свои доводы. Давайте рассмотрим другие варианты отдыха.

Если есть рядом лесной массив, то можно организовать прогулку по лесу: пешую или на велосипедах - это тоже добавит разнообразие в повседневность, понаблюдать за красотами родной природы, многообразием насекомых, вспомнить названия растений, собрать гербарий, послушать звуки леса, поиграть в любимые игры .

Помимо этого, вы можете захватить фотоаппарат и сфотографировать тех обитателей (безусловно все должно быть безопасно), которых вы повстречали на прогулке (жук, ящерица…). А затем отыскать сведения о нем в компьютере, прочитать о его особенностях, месте обитания. Вы можете создать книгу новых «друзей», которую вы соберёте за время отпуска. Таким образом, вы пополните знания ребенка об окружающем мире, научите его сравнивать объекты, добывать информацию.

Свой отпуск вы можете провести в деревне или на любимой даче, ведь такой отдых подходит для детей любого возраста и имеет свои плюсы, нужно лишь предоставить детям возможность проявлять самостоятельность, свободу действий. Не секрет, что дети любят возиться с водой, ну и пусть наливают ее в разные емкости, пускают туда палочки, листики, представляя, что это кораблик, поливают грядки, экспериментируют, смешивая воду с глиной, песком, землей. А сколько здесь возможностей окунуться в мир живой природы.…

Не забывайте про сочетание приятного с полезным. Используйте любую возможность привлекать детей к посильному труду: принести что-то, полить, собрать ягоды и тому подобное, ведь трудолюбие само собой не возникает.
Так же вы можете при сборе урожая закреплять счет, форму, цвет, размер, придумывать с детьми различные задачи, загадки, закреплять

пространственные понятия.

Отдыхая в деревне можно организовать пешие прогулки по окрестности, походы, пикники, но нельзя забывать о том, что для совсем маленьких детей такой отдых может оказаться не по силам, ведь они быстро устают, и вам придется тащить вместе с рюкзаками и маленьких путешественников. Но если вы все-таки решились на такого рода отдых, то тщательно выбирайте маршрут, продумайте остановки для отдыха и приема пищи, и дети будут просто в восторге. Свежий воздух, костер- все это оставит в памяти ребенка незабываемый след, позволит ему прикоснуться к миру природы, сделать массу открытий, а этот опыт особенно необходим для полноценного развития малыша.

Дома предложите ребенку зарисовать свои впечатления от похода, прогулки, пикника. Из собранных природных материалов смастерите поделки, которыми можно украсить дом или принести их в детский сад.

Гуляя с ребенком, напоминайте им правила поведения в природе и сами неукоснительно выполняйте их.

А эти правила очень просты:

не разбрасывайте фантики, бутылки и другой мусор;

не рвите и не разрешайте детям бесцельно рвать цветы, лекарственные и другие растения, ломать ветки деревьев;

не ловите и не позволяйте детям ловить и убивать бабочек, кузнечиков, стрекоз, шмелей, пчел и других насекомых;

ягоды, орехи собирайте так, чтобы не повредить веточки;

Уважаемые родители, куда бы вы не отправились на отдых со своими детьми , вам необходимо соблюдать следующие правила:

1) Соблюдайте правильный режим питания, принимайте пищу минимум трижды в день,
2) Следите, чтобы ребенок по долгу не находился под палящими лучами солнца, особенно без головного убора,
3) Не забывайте чаще давать ребенку пить обычную воду,
4) Во избежание кишечных инфекций мойте руки, фрукты и овощи перед едой,
5) Не оставляйте детей без присмотра ни на минуту,
6) Выключайте все доступные электроприборы, храните инструменты и химикаты в недоступных местах,
7) Отправляясь в дорогу, соберите аптечку для оказания первой медицинской помощи.

Помните:

Отдых – это хорошо. Неорганизованный отдых – плохо!

Солнце – это прекрасно. Отсутствие тени – плохо!

Морской воздух, купание – это хорошо. Многочасовое купание – плохо!

Экзотика – это хорошо. Заморские инфекции – опасно!

Впереди у вас три месяца летнего отдыха. Желаем вам интересного лета, хорошего настроения, здоровья!

Если думаешь о завтрашнем дне - сей зерно, если на 10 лет вперёд - сажай лес, если же на 100 лет - воспитывай детей. (Народная мудрость)