



АХ, ЛЕТО

КАКОГО ОНО ЦВЕТА?!

Эти игры помогут вам весело провести время со своим ребёнком в парке, в саду, во дворе, на озере!

Найди цвет

Игроки становятся в круг. Ведущий командует: "Коснитесь жёлтого, раз, два, три!" Игроки как можно быстрее стараются взяться за вещь (предмет, часть тела) остальных участников в круге. Кто последний - выбывает из игры. Ведущий снова повторяет команду, но уже с новым цветом. Побеждает оставшийся последним.

Радуга

Дети сидят в кругу, держа перед собой руки, сложенные "лодочкой". Один из детей или взрослый ходит по кругу и вкладывает в ладошки некоторых детей небольшие цветные шарики или предметы тех же цветов, что и радуга (Как в игре "Колечко") Если детей меньше семи, то сначала раздаются шарики первых 3-4 цветов радуги, затем следующих цветов.

После того, как водящий обошёл всех детей, он говорит: "Радуга, появись! Радуга, покажись!"

Те дети, у кого в ладошках есть цветные предметы, встают в ряд по порядку цветов радуги. Остальные смотрят, правильно ли выстроилась радуга.

Первый из детей показывает свой предмет - красный и спрашивает: "У кого есть такой же?" Другие дети по кругу называют предметы, которые могут быть красными: огонь, цветы, одежда, овощи и т.д. Названия не должны повторяться.

Те дети, которые в течение нескольких секунд не могут назвать предмет данного цвета, остаются в кругу, но выбывают из игры. Победитель тот, кто останется последним в игре.

Если играют дети, которые умеют считать, то каждый ребенок, чей цвет разыгрывают, должен посчитать, сколько предметов его цвета было названо, или это может сделать педагог. Потом интересно обсудить с детьми, почему того или иного цвета больше или меньше на земле.

После игры дети могут нарисовать рисунки о том, как радуга-дуга раскрасила землю.



**Консультация для родителей
ДЕТЕЙ 3-5 ЛЕТ**



Игры с песком

Песок нередко действует на детей как магнит. Их руки сами, неосознанно, начинают пересыпать и просеивать песок, строить тоннели, горы, выкапывать ямки. А если к этому добавить различные игрушки, тогда у малыша появляется собственный мир, где он выдумывает и фантазирует и в то же время учится работать и добиваться цели.

Трогая руками песчинки, малыш развивает мелкую моторику рук, а определяя количество песка, которое нужно насыпать в формочки, развивает глазомер. Песок развивает и творческие способности ребенка.

Песок обладает свойством пропускать воду. В связи с этим специалисты утверждают, что он поглощает негативную психическую энергию, взаимодействие с ним очищает энергетику человека, стабилизирует эмоциональное состояние.





«Осторожно: тепловой и солнечный удар»

Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Но, самая большая опасность для дошкольников – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна.

До трёх лет световоздушные ванны можно проводить под навесом или в тени деревьев. При этом нужно соблюдать принцип постепенного обнажения тела ребёнка. Сначала от одежды освобождаются руки и ноги, а затем остальные части тела. **Уже с 1,5 летнего возраста световоздушные ванны ребёнок может принимать в одних трусиках. Продолжительность первой такой ванны – 5 минут, затем время постепенно увеличивается до 30-40 минут.** Световоздушные ванны особенно рекомендованы детям с ослабленным организмом. **Лучшее время проведения – с 9 до 12 часов, на юге – с 8 до 10 часов.** Каждую световоздушную ванну лучше всего заканчивать водной процедурой.

Дети дошкольного возраста после недельного курса световоздушных ванн могут начать принимать солнечные ванны. Загорать ребёнку лучше во время игр и движений.

Солнечные ванны в сочетании со световоздушными ваннами, а также водными процедурами оказывают прекрасное укрепляющее действие. Дети становятся устойчивее к простудным, гриппоподобным заболеваниям.

Осторожно: тепловой и солнечный удар!

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями. И это понятно. В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма. Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела. Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере. При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге. Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой.

Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей. Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться во время приёма световоздушных ванн.

При лёгком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном однотипны. Это – головокружение, слабость, головная боль. У малышей часто отмечается расстройство кишечника. В тяжёлых случаях могут появиться судороги, рвота, потеря сознания. Во всех таких ситуациях нужно срочно вызвать врача, а до его прихода перенести ребёнка в тень, смочить голову и грудь холодной водой, на переносицу положить холодный компресс, приподнять голову. Дайте ребёнку попить и успокойте его.

Будьте внимательны!



«Осторожно клещи»

Защитите себя и своего ребенка от клещей!

Клещи являются переносчиками клещевого вирусного энцефалита и иксодового клещевого боррелиоза. Заражение человека происходит во время кровососания инфицированных вирусом клещей. Процесс присасывания клеща практически безболезненный и часто остается незамеченным. Обитают эти паразиты в лесах, парках, скверах, на садово-огородных участках.

Чтобы защитить себя от присасывания клещей и заражения необходимо соблюдать следующие правила:

1. При посещении леса одеваться таким образом, чтобы облегчить быстрый осмотр для обнаружения клещей: носить однотонную и светлую одежду; брюки заправлять в сапоги, гольфы и носки с плотной резинкой, верхнюю часть одежды - в брюки; манжеты рукавов должны плотно прилегать к руке; ворот рубашки и брюки должны иметь плотную застежку, под которую не может проползти клещ; на голову надевать капюшон, пришитый к рубашке, куртке, или заправлять волосы под косынку, шапку).
2. Не располагаться на отдых в лесу в затененных местах с высоким травостоем, не садиться и не ложиться на траву. Стоянки и ночевки в лесу устраивать на участках, лишенных травяной растительности, или в сухих сосновых лесах на песчаных почвах.
3. Каждые 10-15 минут проводить самоинвентаризацию для обнаружения клещей.
4. Применять специальные химические средства индивидуальной защиты от клещей: акарицидные средства (*предназначены для обработки верхней одежды, применение на кожу недопустимо*) и репеллентные средства (*предназначены для обработки верхней одежды, применение на кожу возможно для защиты от кровососущих двукрылых*), которые продаются во всех аптеках.
5. Регулярно осматривать домашних животных после прогулок на природе для обнаружения и удаления с них прицепившихся и присосавшихся клещей.
6. После возвращения из леса или перед ночевкой снять одежду, тщательно осмотреть тело и одежду.
6. Не заносить в помещение свежесорванные растения, верхнюю одежду и другие предметы, на которых могут оказаться клещи.
7. В случае присасывания клеща, как можно быстрее удалить его, для чего необходимо обратиться за медицинской помощью или удалить клеща самостоятельно. Клещей удобно удалять изогнутым пинцетом или хирургическим зажимом. При этом клеща нужно захватить как можно ближе к хоботку, затем его аккуратно подтягивают, при этом вращая вокруг своей оси в удобную сторону. Обычно через 1-3 оборота клещ извлекается целиком вместе с хоботком. Если же клеща попытаться выдернуть, то велика вероятность его разрыва. Удаление клеща можно проводить с помощью петли из прочной нитки легкими покачиваниями, предварительно смазав тело клеща любым маслом. После удаления клеща следует поместить в небольшой стеклянный флакон вместе с кусочком ваты, слегка смоченным водой, закрыть флакон плотной крышкой. Для исследования клеща - его нужно доставить в лабораторию. По направлению лечебно-профилактического учреждения лабораторное исследование клеща проводится бесплатно. Место укуса и руки - обработать йодом или одеколоном и обратиться в лечебно-профилактическое учреждение для медицинского наблюдения и при необходимости назначения экстренной профилактики.
8. Наиболее эффективным средством профилактики клещевого энцефалита является вакцинация.