

A vibrant, colorful illustration of a summer beach scene. The background shows a bright blue sky with white clouds, a turquoise ocean with white-capped waves, and a sandy beach. In the foreground, there are various summer items: green palm fronds on the left and right, a wooden surfboard, blue sunglasses, a red and white lifebuoy, a green striped beach towel, a blue beach umbrella, a red starfish, a yellow seashell, and a pair of green flip-flops. The word "Літо" is written in a large, stylized font across the top, with "Лі" in a light grey color and "то" in a dark green color.

# Літо

*Тепле літо йде лужком,  
Постьобує батіжком.  
По травичці побрело,  
Сніп ромашок принесло.*



# Піскова терапія

(ігри з піском в літній період)

**Пісок** - один з перших природних матеріалів, з яким знайомиться малюк, а ігри з піском - буденна справа кожної дитини на прогулянці.

Малюк із задоволенням грає у пісочниці, любить ліпити «пасочки», «тістечка», «тортики», пересипає пісок, будує з нього фортеці. А це впливає на його загальний розвиток. Останнім часом педагоги та психологи активно впроваджують ігри з піском в практику своєї роботи з дітьми будь - якого віку.

Пісок і вода – найулюбленіші матеріали для ігор і занять дітей.

Перші контакти малюків один із одним відбуваються в пісочниці.

Перші іграшки, які батьки купують своїй дитині – це відерце, совок та формочки.

Малюків дуже приваблює можливість активно й по-різному взаємодіяти з піском: копати, пересипати, будувати.

Ігри з піском і водою підводять дитину до опредмечування думки, реалізації її в матеріалі.

Пісок ніби "поглинає" негативну психічну енергію, взаємодія з ним очищає енергетику людини, стабілізує її емоційний стан.





# «Літній відпочинок»

**Настало літо – чудова пора року!**

**Можна грати на повітрі,  
загартовуватися і оздоровлюватися.**

**Літній відпочинок-це  
довгоочікуваний відпочинок і для  
батьків, і для дітей.**

**Дуже важливо, щоб батьки з  
найбільшою користю розпорядилися  
цим дорогоцінним часом.**

**Поясніть дітям, що купатися,  
плавати, засмагати корисно для  
здоров'я лише в тому випадку, якщо  
дотримуватися певних правил  
безпеки.**

## **Пам'ятайте:**

**Відпочинок – це добре.**

**Неорганізований відпочинок – погано!**

**Сонце – це прекрасно.**

**Відсутність тіні – погано!**

**Морське повітря, купання – це добре.**

**Багатогадинне купання – погано!**

**Купання – прекрасне закаливающее засіб.**

**Місце для купання повинне бути неглибоким, рівним, з повільним плином.**

**Перш ніж дати дитині можливість самостійно увійти в воду, необхідно переконатися в тому, що в даному місці немає ям, глибокої тіни, корчів, гострих каменів.**

**У воді разом з дитиною обов'язково повинен знаходитися дорослий.**



**ПРИ КУПАННІ  
НЕОБХІДНО  
ДОТРИМУВАТИСЯ ПРАВИЛ:**

**НЕ ДОЗВОЛЯЙТЕ КУПАТИСЯ НАТЩЕ Й  
РАНІШЕ ЯК ЧЕРЕЗ 1-1,5 ГОДИНИ ПІСЛЯ ЇЖІ.**

**У ВОДІ ДІТИ ПРОВІННІ ПЕРЕБУВАТИ В РУСІ.**

**ПРИ ПОЯВІ ОЗНОБУ НЕГАЙНО ВИЙТИ З ВОДИ.**

**РОЗПАШІЛИМ НЕ МОЖНА ЗАНУРЮВАТИСЯ В  
ПРОХОЛОДНУ ВОДУ.**





# Як боротися з комарами.

Укуси комарів не тільки залишають після себе болісний свербіж. Ці комахи можуть бути по-справжньому небезпечними, якщо вони переносять збудника малярії. Далеко не всі вони є переносниками малярії.

Незважаючи на те, що останнім часом кількість малярійних комарів у середній смузі збільшилася, в більшості випадків ми спостерігаємо звичайні види цих комах. Кров смокчуть лише особини жіночої статі і лише тоді, коли вони готуються до відкладання яєць. Протеїни крові необхідні комарихам, для того щоб відкласти якомога більше яєць. Так, «голодна» комариха може відкласти не більше 50 яєць, а сита – вже до 300. Виявити свою здобич комар може за кілька кілометрів! Жало його схоже на шприц, голка якого ще прикрита особливим протекторним чехольчиком. Як тільки жало введено в тіло, в тканини людини тут же впорскується речовина, що перешкоджає згортанню крові. Для дорослої здорової людини не небезпечні навіть п'ятсот укусів комара. Однак для алергіка і одного може бути достатньо, щоб викликати важку алергічну реакцію і навіть летальний результат.

## Що робити після укусу?

Зробити після укусу міцний розчин харчової соди і періодично обробляти свербляче місце.

Змащувати укуси спиртовою настоянкою календули, борним спиртом, томатним соком.

3. Зробити холодну примочку.

4. При множинних укусах прийняти антигістамінний засіб.

5. В похідній аптечці чи на дачі неодмінно слід тримати антигістамінний препарат, феністил або фукорцин (знімають свербіж і навіть усувають опіки кропиви).

*Гарного сімейного відпочинку вам!*



# ІГРИ В ПІСОЧНИЦІ

## Пісочні малюнки

Запропонуйте дитині малювати на піску кумедні фігурки (квіточки, тваринки, чоловічки тощо).

## Пісочні хованки

Візьміть невеликі іграшки з якими можна гратися у піску та сховайте в їх так, щоб дитина не бачила. Запропонуйте їй знайти ці іграшки.

## Пасочки

Цікаві ігри можна запропонувати дітям з вологим піском. Для цього вологий пісок іграшковою лопаткою накладають в відерце або формочку і утрамбовують його зворотною стороною лопатки. Потім переверніть формочку, притримуючи пісок долонею, перемістіть на рівну поверхню, постукайте лопаткою по її дну і обережно зніміть формочку. “Пасочка” готова.

## Будуємо замки з піску

Будівельну суміш з піску з водою можна помістити в поліетиленовий мішок, у якого відрізаний куточок, і видавлювати її через отвір. Останній спосіб нагадує прикрасу торта кремом за допомогою кулінарного шприца. Існує і ще один незвичайний спосіб ліплення з мокрого піску. Його можна порівняти з роботою скульптора.



# ЛІТО І БЕЗПЕКА НАШИХ ДІТЕЙ

## Харчові отруєння

**Влітку мало хто з батьків утримується від спокуси напоїти малюка парним молоком або пригостити його немитими ягодами з саду, овочами з городу.**

**Парне молоко дуже шкідливо для маленьких дітей, оскільки на відміну від молока, що пройшло теплову обробку і стерильно запаковано, воно може викликати не тільки кишкові розлади, а й інфекційні захворювання. Ягоди - полуницю, малину та суницю необхідно мити особливо ретельно. Немита чи погано промита зелень “зі свого городу” може привести до розвитку у дитини ієрсиніоза, відомого також під назвою “псевдотуберкульозу” або “мишачої лихоманки”. Навіть звичайні для дитини продукти харчування в спекотну пору року швидко псуються, а термін їх зберігання скорочується.**

**Неприпустимо поїти дитину сирою водою, навіть джерельною або після очищення через фільтр.**





## **Як уникнути харчового отруєння**

**Мийте руки до і після того, як доторкнулися до їжі.**

**Гарячу їжу слід розігрівати й подавати в гарячому вигляді. Готуйте м'ясо і молочні продукти при температурі не нижче 70 градусів.**

**Швидкопсувні продукти можна тримати при кімнатній температурі (близько 20 градусів) не більше 2-х годин.**

**Якщо у спеку ви вирушили на пікнік, то час зберігання продуктів знижується до однієї години.**

**Після зіткнення з сирим м'ясом посуд необхідно вимити самим ретельним чином, а обробну дошку краще відтерти жорсткою губкою.**

**Під час приготування і розігрівання їжі в мікрохвильовій печі періодично помішуйте її або пробуйте, взявши продукт з різних місць, тому що температура в мікрохвильовій печі розподіляється недостатньо рівномірно.**

**Перегрітий автомобіль перетворюється на справжній інкубатор мікробів. Продукти можна тримати в машині не довше, ніж час танення морозива.**



## **ЛІТНІ ПРИКМЕТИ**

**Літній день рік годує.**

**Сонечко пригріє — все дозріє.**

**Сонце світить крізь дощ — на зміну погоди.**

**Сіль відсиріла — на дощ.**

**Влітку вдосвіта маленький дощик — буде гарна погода.**

**Чим рясніша роса, тим жаркішим буде завтрашній день.**

**Яскрава райдуга — на бурю.**

**Копай криницю на щавелевому місці — вода з'явиться.**

**Сонце сідає в туман — чекай дощу.**

**Яскраво горять світлячки — на гарну погоду.**