

ПРОГУЛКИ-ЭКСКУРСИИ НА ПРИРОДУ ЛЕТОМ



Общее знакомство с природой летом

- Учим определять теплое и жаркое время дня с помощью вопросов: почему ты сегодня снял теплую одежду? а вчера почему не снимал курточку? почему сегодня такие горячие камни? песок?
- Наблюдаем за ветром: как раскачиваются деревья, шумят и трепещут листья, крутятся вертушки, вьются бумажные ленточки.
- Играем с водой, песком, глиной: ребенок узнает, что вода льется, течет, нагревается от солнечного тепла; из влажного песка и глины можно лепить.

Прогулка на луг

Познакомьте ребенка с луговыми растениями и животными, их жизнью летом, полюбуйтесь красотой и простором луга. Учите ребенка различать и называть луговые травы (клевер, луговая герань, мышиный горошек, колокольчик, луговой василек, ромашка, одуванчик, гвоздику), побуждайте сравнивать их по окраске, по запаху, величине и форме цветка. Закрепляйте знания о частях растений (стебель, листья, цветы, корни), а также о том, что они живые (растут). Расскажите об условиях жизни растений на лугу – много света, солнечно, почти нет деревьев, затеняющих травянистые растения; на лугу растут только светолюбивые травы, они ярко цветут, пахнут, привлекая насекомых.

Понаблюдайте за насекомыми луга – кузнечиком, бабочкой, божьей коровкой, стрекозой.

Прогулка на поляну

Понаблюдайте с ребенком за обитателями поляны – бабочками (лимонница, капустница, махаон, крапивница), жуками (бронзовка, божья коровка), кузнечиками, пчелами. Учите ребенка сравнивать насекомых по особенностям строения (наличие и отсутствие крыльев), характеру передвижения (ползает, порхает), месту обитания (в воздухе, на земле), способу защиты от врагов. Расскажите о том, что насекомые живые: они двигаются, питаются, приспосабливаются к защите от врагов. Воспитывайте бережное отношение к насекомым.

Прогулка к водоему

Расскажите ребенку о том, что в водоеме живут разные животные (лягушки, жуки-плавунцы, личинки насекомых), растут растения (стрелолист, кувшинка), которые укореняются в земле, на дне. Покажите, как расположены листья белой кувшинки и желтой кубышки, выясните вместе с ребенком значение такого расположения для растения. Познакомьте ребенка с водными насекомыми и теми, что летают около воды (стрекоза, жук-плавунец, жук-вертячок, водомерка, ручейник).

Прогулка в лес

Закрепите представления ребенка о том, что в лесу растут разные растения (деревья, кусты, трава, ягоды, грибы, мхи). Упражняйте в различении деревьев (3-4 вида), кустарников (1-2 вида), цветущих трав (1-2 вида). Уточняйте знания о том, что в лесу обитают звери, птицы, насекомые; поупражняйте ребенка в различении голосов некоторых лесных птиц. В лесу можно понаблюдать за жизнью муравьев, установить, чем питаются насекомые, и сделать вывод о приносимой ими пользе для леса. Воспитывайте умение вести себя в лесу – не мешать его обитателям.

ЗАКАЛИВАНИЕ РЕБЁНКА ЛЕТОМ В ГОРОДЕ

Воздушно-солнечное закаливание

Ребенок принимает воздушно-солнечные ванны (без маечки) при условиях:

температура воздуха от 22 градусов;

отсутствие ветра;

ванна начинается с полосы светотени, затем переходит под прямые солнечные лучи;

одномоментная длительность нахождения на солнце 5-6 минут для малышей, 10 минут для старших дошкольников;

дозировка в течение дня — 40-50 минут суммарно.



Игры-закаливания с водой

Рекомендуются только для здоровых детей! Игры-закаливания с водой проводятся при условиях:

температура воздуха 24-25 градусов;

длительность от 3-5 минут для малышей до 8-12 минут для старших дошкольников;

количество: 1-2 раза в течение прогулки.

ЕСЛИ РЕБЁНКА УЖАЛИЛА ПЧЕЛА, ОСА ИЛИ ШЕРШЕНЬ

По материалам статьи врача С.Мартынова
из журнала «Дошкольное воспитание», 1998, № 8

Пчела жалит, если она запутается в волосах, в складках одежды. В некоторых случаях ужаления происходят в связи с попаданием пчел в рот со сладкой пищей. По отравляющему действию на организм яды ос, шершней и пчел весьма близки, но пчела после укуса оставляет не только жало, но и еще особый ядовитый мешочек. Если сразу не извлечь пчелиное жало, яд продолжает впрыскиваться в ткани.

Опасность укуса для здоровья зависит от индивидуальной чувствительности к яду, даже один укус может ввергнуть ребенка в состояние шока. Имеет значение количество укусов: чем их больше, тем страшнее могут быть последствия. Важно, в какой участок пришились укусы: наиболее опасные места – голова, слизистые оболочки глаз и полости рта. При укусах в слизистые полости рта развивается сильный отек, затрудняющий дыхание.

Здесь человека может спасти непрерывное глотание льда.

В случаях серьезного отравления развивается озноб, повышенная температура тела, одышка, головокружение и головные боли, учащенное сердцебиение, боли в сердце, судороги, шок. В подобных ситуациях нужно немедленно обращаться за медицинской помощью. Гораздо чаще при укусах, особенно единичных, все сводится к чисто местным явлениям.

Действия первой помощи после укуса:

- необходимо сразу же попытаться удалить жало из места укуса (осы и шершни жала не оставляют);
- промыть ранку спиртом и приложить к месту укуса лед (уменьшит боль и предупредит развития отека);
- гораздо проще и надежнее воспользоваться старинными народными методами: если укусила оса или пчела, а под рукой нет аптечки, смажьте укушенное место серой из уха — боль быстро успокоится.
- можно также воспользоваться подорожником, петрушкой или луком, выдавив из них сок непосредственно в ранку и затем приложив смятые листья растений либо разрезанную луковицу к месту укуса. Боль проходит почти мгновенно и начавшийся было отек быстро исчезает.