



Здравствуй, лето!

Яркое солнце, игры, каникулы и маленькие открытия
каждый день.

Лето, которого ждут

С 1 июня начинаются каникулы, и у детей появляется больше времени для прогулок, игр и поездок. Лето дарит длинные дни, тёплые вечера и много радостных дел на свежем воздухе.



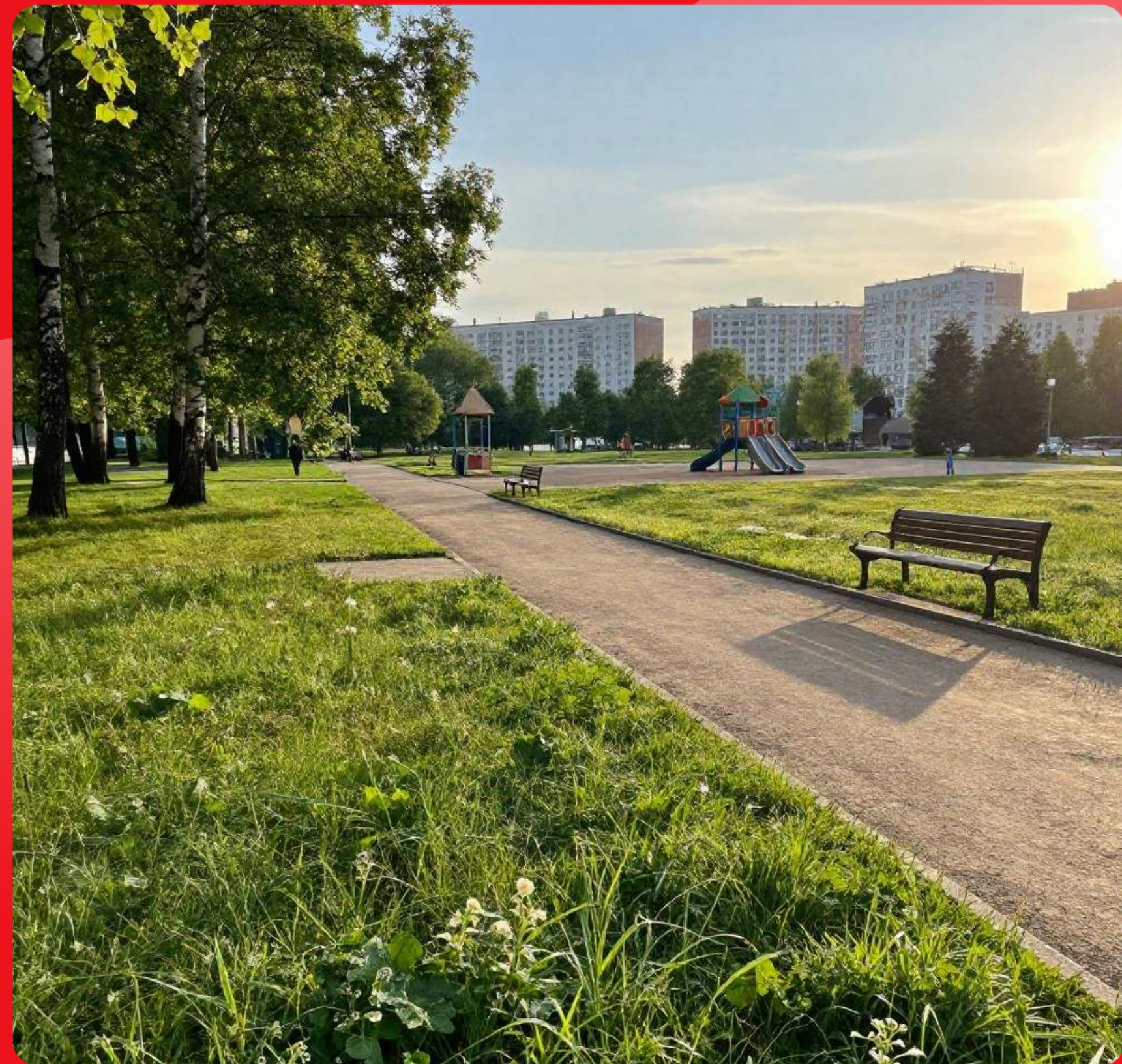
Солнце и длинный день

Яркое летнее утро

Летом солнце поднимается высоко, и свет вокруг кажется особенно чистым. Утро начинается рано, поэтому можно успеть больше дел и прогулок.

Долгий вечер

В июне в Москве световой день длится около 17 часов. Вечером долго не темнеет, и на улице ещё можно играть, читать или просто смотреть на небо.



Как меняется природа летом



Густая зелень

Деревья летом покрываются плотной листвой, а парки и дворы становятся зелёными и тенистыми. В такой тени приятно отдыхать и гулять даже в тёплый день.



Цветы на клумбах

На клумбах распускаются ромашки, васильки и клевер. Яркие цветы украшают дворы и дорожки, а ещё привлекают пчёл и бабочек.



Спелые ягоды

В садах созревают клубника, вишня и смородина. Их собирают аккуратно, чтобы сохранить нежные ягоды целыми и вкусными.

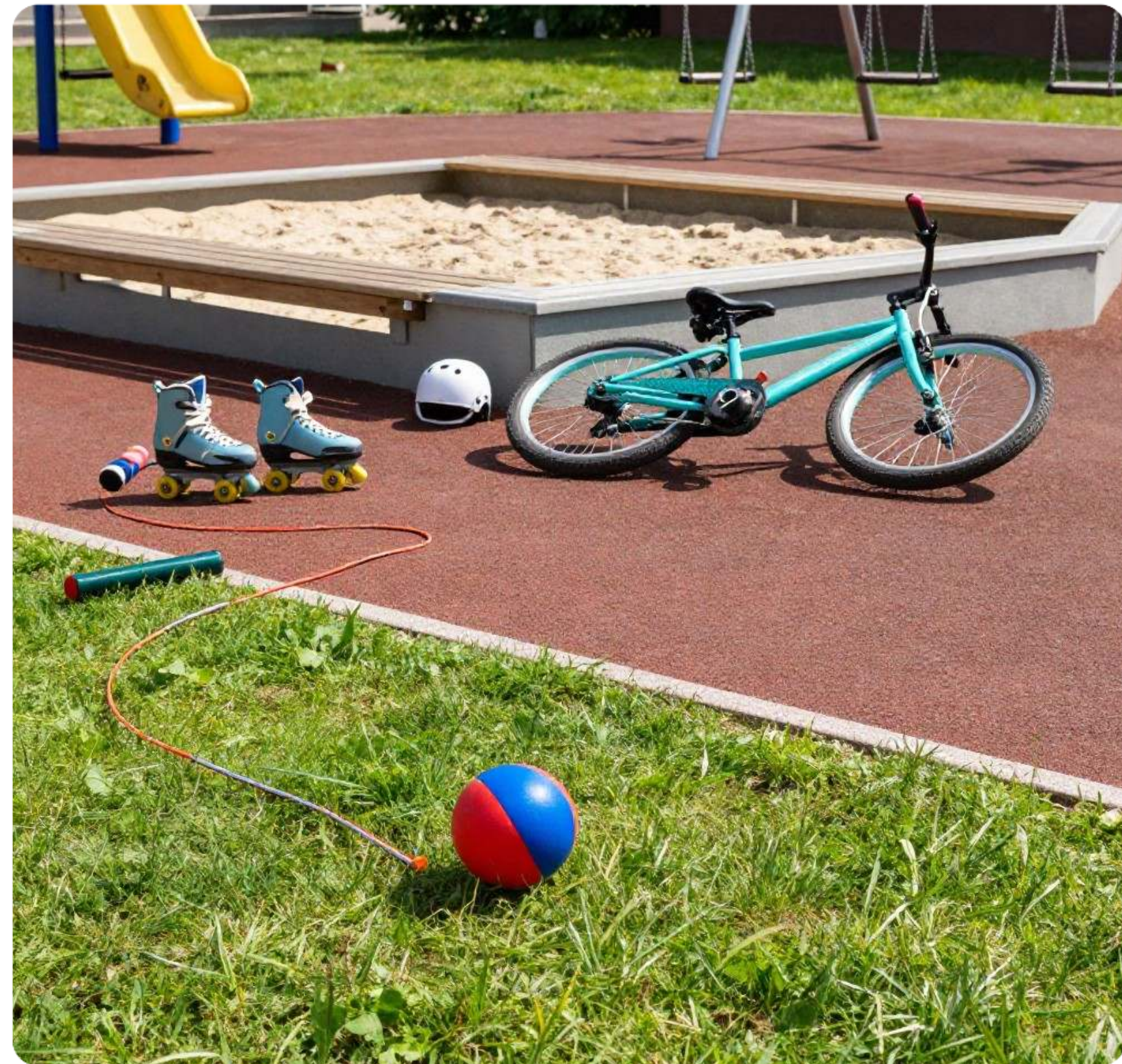


Живой летний мир

Летом птицы поют чаще, а насекомые становятся заметнее в траве и на тропинках. Природа словно не сидит на месте ни минуты.

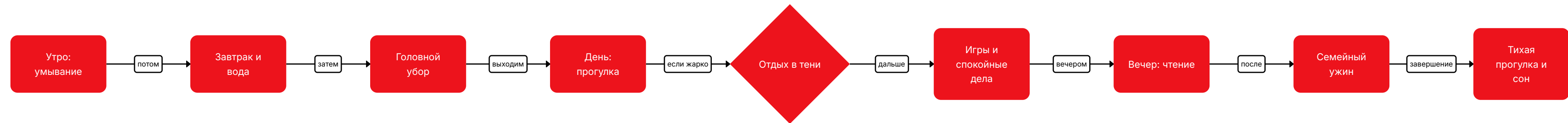
Летние игры и движение

- Летом дети чаще бегают, прыгают, играют в мяч и катаются на велосипеде, самокате или роликах. Такие занятия делают тело ловким и сильным.
- Во дворе, в парке и на площадке всегда найдётся весёлая игра. А вместе с движением приходит бодрость, смех и хорошее настроение на весь день.



Хороший летний день

Простой распорядок помогает провести жаркий день спокойно, интересно и без усталости.



Летние фрукты и ягоды

1

Летом на столе появляются клубника, малина и черешня. Эти ягоды особенно вкусны свежими, а ещё они радуют ярким цветом и сладким ароматом.

2

Абрикосы, смородина и арбуз помогают утолить жажду в жаркий день. В них много сока, поэтому летняя еда кажется лёгкой и очень сочной.

3

Фрукты и ягоды делают перекус не только вкусным, но и красивым. Из них легко собрать пёструю тарелку, которая сразу напоминает о лете.

Море, река и озеро

1. У воды летом особенно интересно: можно купаться, строить замки из песка и собирать ракушки. Пляж быстро становится местом для игр и громкого смеха.
2. Но рядом с водой всегда нужны внимательные взрослые. Круг, полотенце и шляпа помогают устроиться удобно, а главное правило — не отходить далеко от берега.



Погода летом

Жаркий день

Солнце светит ярко, воздух прогревается быстро, и хочется искать тень. В такие часы особенно приятно пить воду и делать короткие перерывы.

Тёплый дождь и гроза

Летом погода может резко измениться: появляются тучи, идёт тёплый дождь и слышен гром. После непогоды воздух становится свежим и лёгким.

Радуга после дождя

Если дождь уже прошёл, на небе иногда появляется радуга. Это один из самых красивых летних сюрпризов, который хочется рассматривать долго.

Летние правила безопасности

1. Надевай головной убор, бери с собой воду и по возможности отдыхай в тени. Так легче переносить жару и дольше чувствовать себя бодро.

2. Не стой долго под сильным солнцем в самый жаркий час. Если стало слишком тепло, лучше сделать паузу и спокойно посидеть в прохладном месте.

3. Не трогай неизвестные ягоды, грибы и растения. Даже красивый лист или яркая ягодка могут оказаться опасными для здоровья.

4. У воды, в лесу и на прогулке держись рядом со взрослыми. Тогда летние приключения будут радостными, а не тревожными.

Куда зовёт лето

Дорога начинается с чемодана

Утром семья собирает вещи: чемодан, рюкзак, бутылку воды, книгу и любимую игрушку. За окном мелькают дома, а впереди ждут новые места и интересные остановки. Даже короткая поездка уже похожа на маленькое приключение.



К бабушке, на дачу и в деревню

Летом дети часто едут туда, где есть сад, огород и много простора. Можно помогать взрослым, бегать по траве и слушать птиц. Такие поездки дарят уют, вкусные угощения и тёплые семейные встречи.



К морю, в горы и к новым друзьям

Иногда маршрут ведёт дальше обычного двора — к морю, в лагерь или в горы. Там открываются новые виды, незнакомые тропинки и встречи с ребятами из других городов. Лето умеет удивлять на каждом повороте.



Что можно делать летом в городе



Читать на скамейке

В тёплый день удобно устроиться в парке или во дворе с книгой. Страницы читаются легче, а рядом шелестят листья и медленно плывут облака.



Рисовать летний город

Можно нарисовать клумбы, деревья, дом и яркое небо. Такие рисунки помогают заметить, как много зелени и света появляется вокруг летом.



Кататься и двигаться

В парке, на площадке или во дворе дети катаются на самокате, велосипеде и просто бегают. От этого день становится бодрым и весёлым.



Наблюдать за небом

Летом интересно смотреть на облака, угадывать их формы и искать тени на земле. Небо над городом часто превращается в настоящий театр фантазии.

Летние праздники

- 1 июня отмечают День защиты детей. Это добрый праздник, который напоминает взрослым о заботе, внимании и правах каждого ребёнка.
- Летом в школах, садах и лагерях проходят концерты, игры и конкурсы. Шары, флажки, песни и танцы делают такие дни особенно радостными.



Летние дела и помощь дома

Утро

Сначала можно полить цветы, убрать постель и собрать игрушки после игры. День начинается аккуратно и спокойно.

Вечером

В конце дня приятно проверить, всё ли на месте, и похвалить себя за полезные дела. Дом становится ещё уютнее.

Днём

Потом дети помогают взрослым на даче, собирают ягоды или кормят домашних животных. Всё это лучше делать вместе и с вниманием.

Лето и творчество



1. Летом легко собрать гербарий или сделать рисунок заката. Для этого нужны альбом, краски и немного терпения. Пара прогулок — и материал для творчества уже найден.
2. Ещё можно лепить из песка и делать поделки из шишек, листьев и ракушек. Такие работы хранят память о прогулках и тёплых днях.

Что особенно запоминается летом

1. Жаркое солнце, тёплый ветер и длинные вечера делают лето особенно светлым. Кажется, что день не спешит заканчиваться.

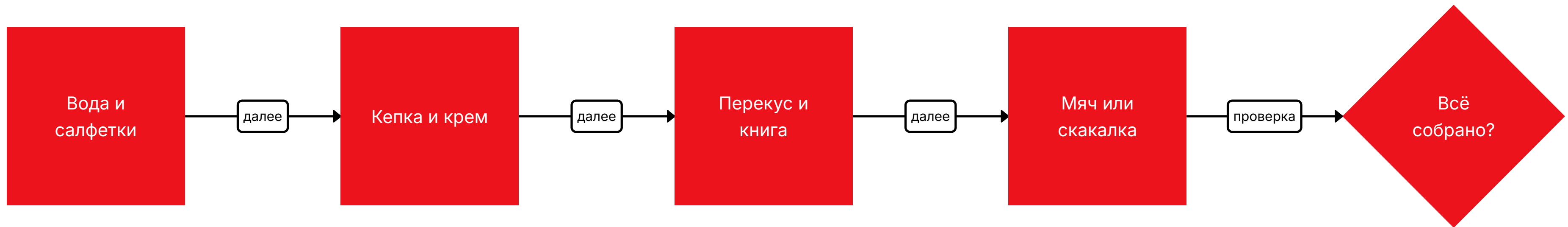
2. В памяти остаются запах травы, вкус ягод и звонкий смех друзей. Эти простые радости сразу возвращают хорошее настроение.

3. Летом часто случается маленькое приключение: новая игра, находка на дорожке или неожиданная прогулка. Даже обычный день становится интереснее.

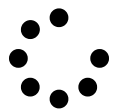
4. Потом эти впечатления превращаются в тёплые воспоминания. Их хочется беречь, как любимую открытку из солнечного путешествия.

Собираем рюкзак на прогулку

Последовательность простых шагов помогает ничего не забыть перед летним выходом.



Летние наблюдения в природе



Бабочки над цветами

Летом бабочки порхают над клумбами и садом. Их яркие крылья легко заметить, если идти медленно и смотреть внимательно.



Жуки и муравьи

На дорожках и в траве можно увидеть жуков и муравьёв. У каждого из них своя работа, и природа не скучает ни минуты.



Пение птиц

По утрам и вечерам птицы поют особенно звонко. Их голоса слышны в парке, во дворе и даже рядом с открытым окном.



Облака на небе

Летом облака бывают похожи на корабли, башни и даже на зверей. Иногда их хочется разглядывать долго, как картинки в книге.



Роса и вечерние звуки

Утром на траве блестит роса, а вечером слышны сверчки и тихие шорохи. В такие минуты природа кажется очень спокойной и живой.

Лето в мечтах и рисунках



О чём мечтается в начале лета

Кто-то мечтает увидеть море, кто-то — научиться плавать или кататься на велосипеде. У каждой мечты своё настроение, но все они звучат по-летнему радостно.

Как выглядят летние желания

Летние желания часто простые: мороженое, друзья, большой букет или весёлый день на улице. Из таких маленьких радостей и складывается хорошее лето.

Пусть лето живёт в каждом дне

Лето приносит свет, движение, дружбу и новые открытия. Если замечать природу, играть, читать, помогать дома и беречь себя, обычный день становится по-настоящему ярким.