

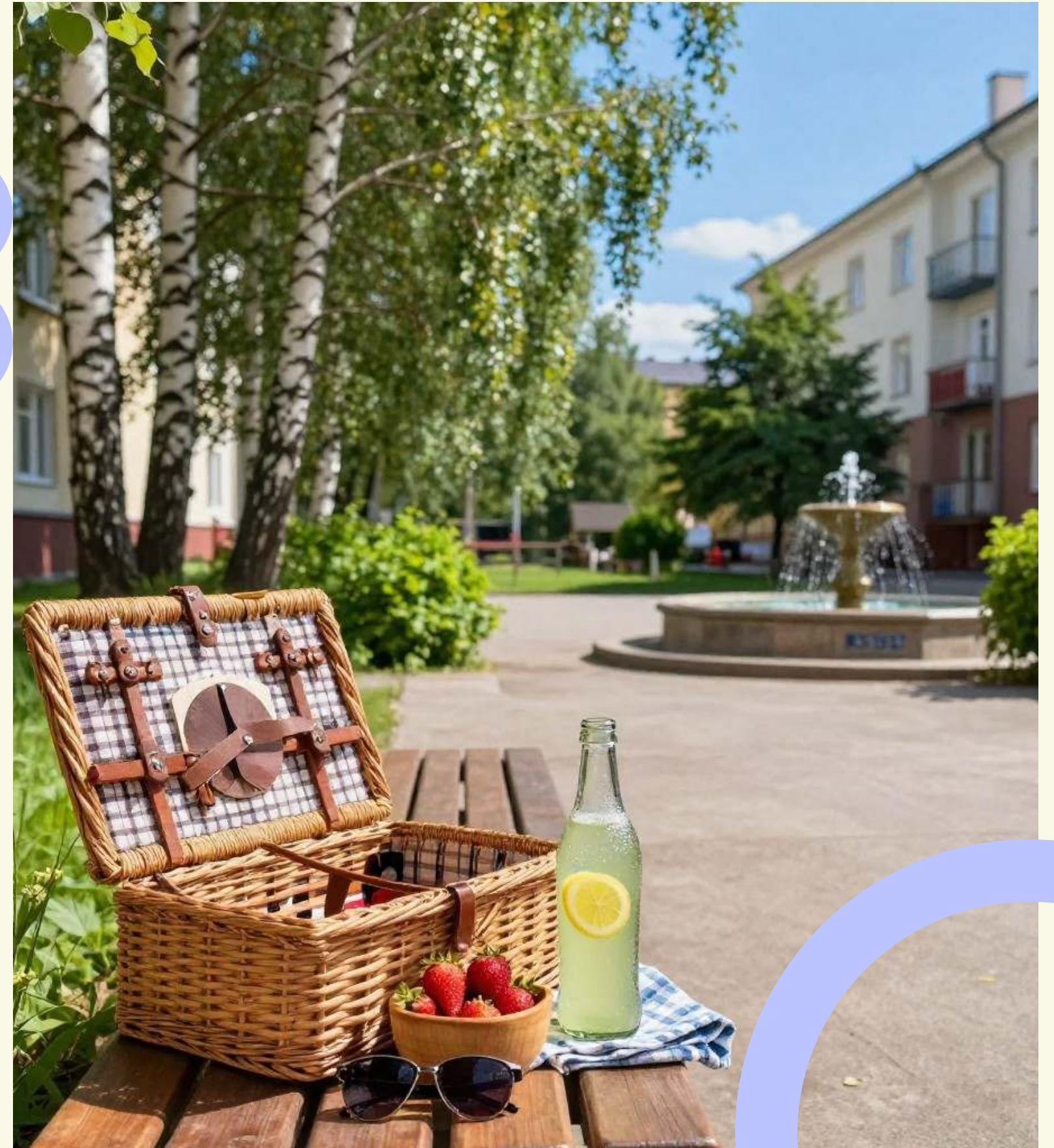


Лето: солнце, каникулы и природа вокруг нас

Лето — время света, тепла и удивительных открытий.

Как сразу узнать лето

Лето легко узнать по тёплому воздуху, яркой зелени и цветущим лугам. В садах спеют ягоды и фрукты, а птицы, насекомые и звери становятся особенно занятыми.



Солнце, свет и длинный день

1

День становится длиннее

Летним утром солнце встаёт раньше, а вечером долго не спешит уходить. Поэтому у детей и взрослых остаётся больше времени для прогулок, игр и домашних дел.

2

Солнце греет сильнее

Когда солнце поднимается выше, на улице становится теплее и ярче. Земля быстро нагревается, и даже в тени чувствуется летнее тепло.

3

Нужна защита от жары

В жаркий день полезно пить воду, надевать головной убор и чаще отдыхать в тени. Так можно дольше гулять и не уставать от палящего солнца.

4

Летний свет вокруг

Длинный светлый день делает лето особенно красивым. Утром всё выглядит свежим, днём — ярким, а вечером небо долго остаётся светлым и золотистым.



Летняя природа вокруг школы и дома



Зелёные деревья

Летом кроны деревьев густеют, и дворы, парки и улицы становятся зелёными и прохладными. Под тенью приятно гулять и наблюдать, как быстро растёт трава.



Цветы на клумбах

На клумбах распускаются ромашки, васильки и колокольчики. Яркие цветы украшают школьный двор, палисадники и дорожки возле дома, словно маленький праздник каждый день.



Насекомые в траве

В высокой траве можно заметить жуков и кузнечиков. Они ловко прыгают, прячутся и торопятся по своим летним делам, будто у них очень важный маршрут.



Птицы и вода

Летом птицы поют чаще и слышны почти повсюду. Возле пруда или ручья можно увидеть стрекоз и лягушек, которые любят тёплые солнечные места.

Летние цветы и запахи

1 Ромашки у дорожки

Ромашки летом встречаются почти везде: на лугу, у тропинки, возле дома. Их белые лепестки и жёлтая серединка выглядят очень просто и очень красиво, будто маленькое солнце опустилось на землю.



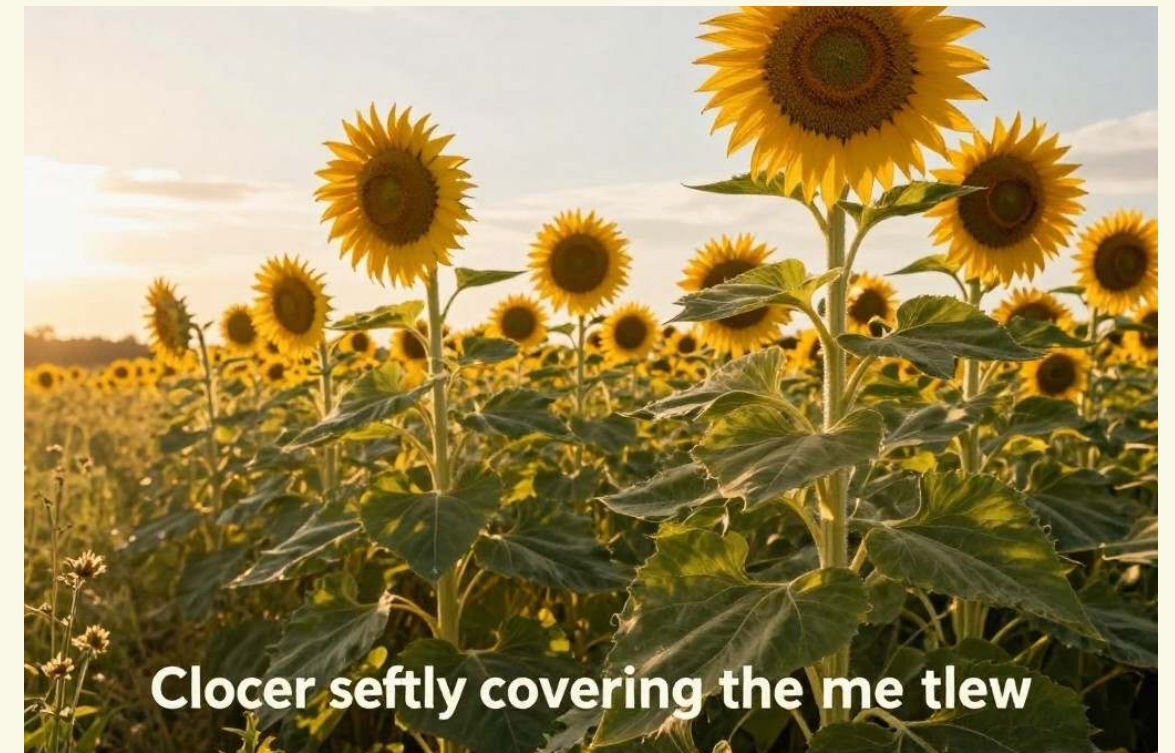
2 Запах сада и травы

В саду особенно легко заметить запах свежей травы, мяты и спелых ягод. После прогулки он словно остаётся в памяти, потому что сразу напоминает о тёплом дне и весёлой игре.



3 Подсолнухи и клевер

Высокие подсолнухи тянутся к свету, а клевер мягко покрывает луг. Вместе они создают яркую картину, которую приятно рассматривать во время прогулки или поездки на дачу.



Clover softly covering the meadow

Ягоды, овощи и фрукты лета

1

Сладкие ягоды

Клубника, малина, смородина и черника поспевают одна за другой. Их удобно собирать в корзинки, а потом угощать семью вкусным и полезным десертом.

2

Фрукты в саду

Летом в садах созревают вишни и другие фрукты. На ветках они становятся яркими и сочными, поэтому особенно приятно наблюдать за урожаем вместе со взрослыми.

3

Овощи на грядках

Огурцы, помидоры и кабачки быстро растут на огороде. За ними нужно ухаживать: поливать грядки, рыхлить землю и бережно срывать спелые плоды.

4

Помощь в сборе урожая

Дети могут помогать взрослым собирать ягоды, носить лейки и складывать урожай в корзины. Такая работа учит аккуратности и показывает, как природа щедро благодарит за заботу.



Летние игры и движение



Игры с мячом

Мяч подходит почти для любой компании: можно бросать, ловить, пинать и придумывать свои правила. Такие игры развивают ловкость и делают отдых ещё веселее.



Велосипед и самокат

По двору, парку или дорожке удобно кататься на велосипеде и самокате. Главное — соблюдать правила, чтобы движение приносило радость, а не лишние приключения.



Скакалка и классики

Скакалка, классики и прыжки помогают много двигаться и тренируют координацию. После таких игр ноги устают приятно, а настроение обычно становится ещё лучше.



Прятки и бадминтон

Прятки, бадминтон и другие подвижные игры учат быстро реагировать и внимательно смотреть вокруг. Летом играть на воздухе особенно приятно, потому что совсем не хочется сидеть на месте.

Вода, пляж и отдых у реки

1

Жаркий день у воды

Река, озеро или море помогают освежиться в жару. Рядом с водой легко отдохнуть, посидеть в тени и послушать плеск волн или тихий шорох берега.

2

Только безопасное место

Купаться можно только там, где это разрешено и где рядом есть взрослые. Незнакомый берег, скользкие камни и сильное течение могут быть опасны.

3

Внимание на берегу

Даже у самой кромки воды нельзя бегать слишком быстро и толкаться. Лучше смотреть под ноги, не подходить близко к глубокому месту и слушать взрослых.

4

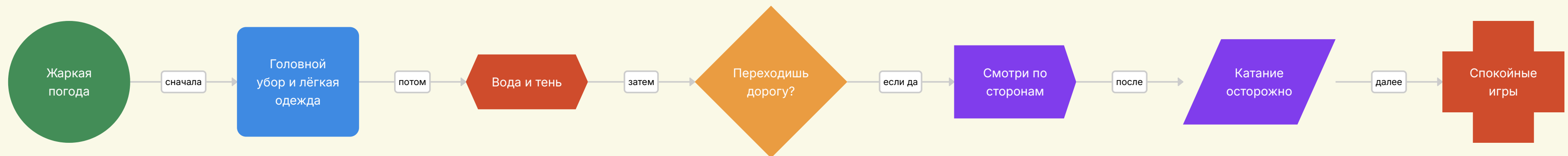
Отдых без спешки

На пляже приятно строить замки из песка, играть спокойно и делать перерывы в тени. Тогда отдых получается не только весёлым, но и безопасным.



Безопасное лето на улице

Памятка для прогулок: от жары и солнца до дороги, двора и водоёма.



3 месяца

— столько обычно длятся летние каникулы у школьников.

Школьный календарь и описание летних каникул в учебном материале

За это время можно много гулять, читать, ездить в гости и узнавать новое. Лето проходит быстро, потому что каждый день наполнен делами и впечатлениями.

Поездки, лагерь и новые впечатления

В гости к родным

Летом многие дети едут к бабушке или в деревню. Там можно помогать по дому, гулять по знакомым тропинкам и слушать истории взрослых, которые хочется пересказывать снова и снова.

Лагерь и друзья

В лагере быстро появляются новые приятели, потому что вместе легче играть, участвовать в конкурсах и учиться чему-то новому. Даже обычный вечер у костра становится настоящим событием.

Маленькие открытия

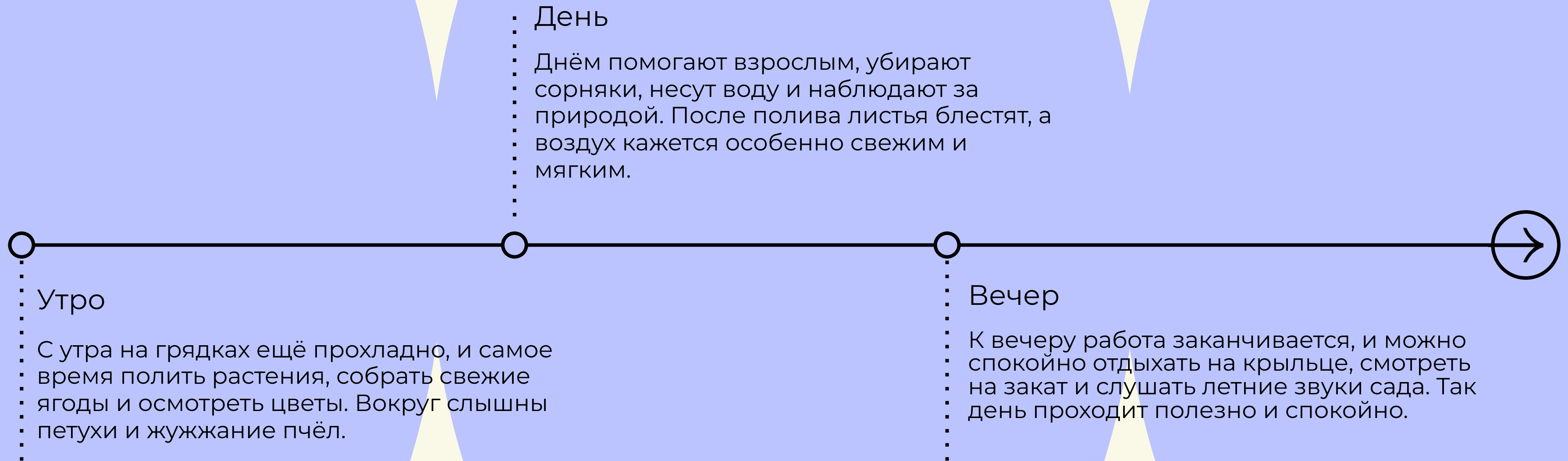
В путешествии всё кажется интересным: другая улица, незнакомый парк, новый музей или озеро. Ребёнок замечает то, мимо чего раньше проходил, и учится смотреть внимательнее.

Память о лете

Короткая поездка может надолго остаться в памяти. Запах леса, вечерние песни, треск костра и звёздное небо потом напоминают о тёплых днях и радостных встречах.



Лето в деревне и на даче



Как природа рассказывает о лете



Тёплый дождь и первая лужа

Летом дождь часто бывает коротким и тёплым. Он быстро стучит по крышам, оставляет на листьях крупные капли и собирает в лужах отражения неба. После него трава пахнет особенно свежо, а дорожки блестят, будто их только что вымыли.



Радуга после грозы

После грозы небо может стать ясным и светлым, а на нём появляется радуга. Она возникает, когда солнечный свет проходит через капли воды и распадается на разные цвета. Такое зрелище хочется рассматривать долго, не моргая.

Как меняется одежда летом

Лёгкие ткани

Летом удобнее носить одежду из хлопка и льна. Эти ткани хорошо пропускают воздух, поэтому в них легче бегать, гулять и играть даже в тёплый день.

Светлые цвета

Светлая одежда меньше нагревается на солнце, чем тёмная. В ней проще почувствовать себя прохладнее, особенно если день выдался очень жарким и солнечным.

Головной убор

Панама, кепка или шляпа помогают защищать голову от палящих лучей. Это простая и полезная привычка, которую легко запомнить и не забывать перед прогулкой.

Тёплый вечер

Когда солнце садится, воздух может стать прохладнее. Тогда пригодится тонкая кофта или лёгкая куртка, чтобы не мёрзнуть во время вечерней прогулки.



Что полезно есть и пить летом



Вода

В жаркую погоду вода особенно нужна, потому что тело быстрее теряет влагу. Лучше пить понемногу, но чаще, чтобы чувствовать себя бодро и легко.



Фрукты и овощи

Яблоки, огурцы, помидоры, ягоды и другие свежие продукты помогают утолить голод и освежиться. Они делают летний стол вкусным и полезным без лишней тяжести.



Морс и компот

Морс и компот хорошо утоляют жажду и нравятся детям. Эти напитки особенно приятно пить прохладными, когда после прогулки хочется быстро освежиться.



Мороженое понемногу

Мороженое в летний день очень радует, но его лучше есть умеренно. Тогда оно останется приятным угощением, а не причиной слишком холодного горла.

Кто живёт и трудится летом

1 Птенцы под крылом

Летом птицы особенно заняты: они кормят и оберегают птенцов. В кустах и на деревьях слышен тонкий писк, а взрослые птицы быстро носят еду и снова улетают за новой добычей. Всё вокруг кажется очень оживлённым.



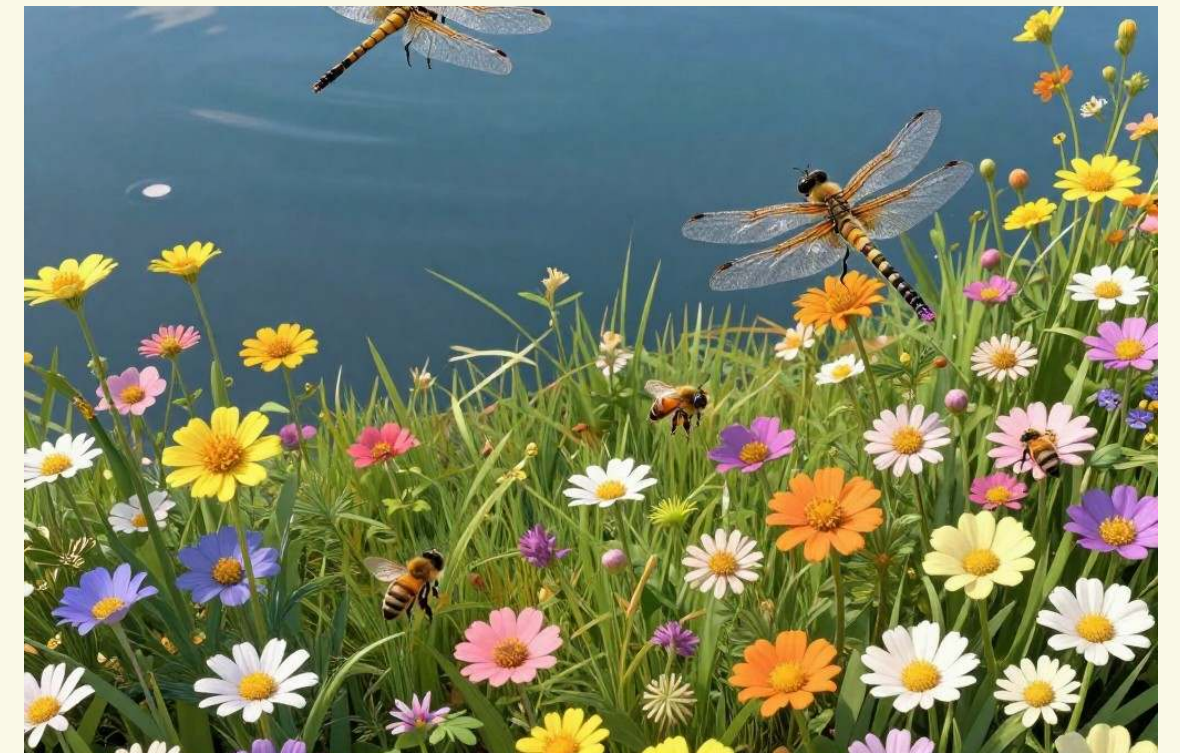
2 Белка, ёжик и муравей

В лесу и парке белка ищет корм и прячет его про запас, а ёжик осторожно идёт по траве в поисках пищи. Неподалёку муравьи трудятся без отдыха, словно маленькая дружная команда.



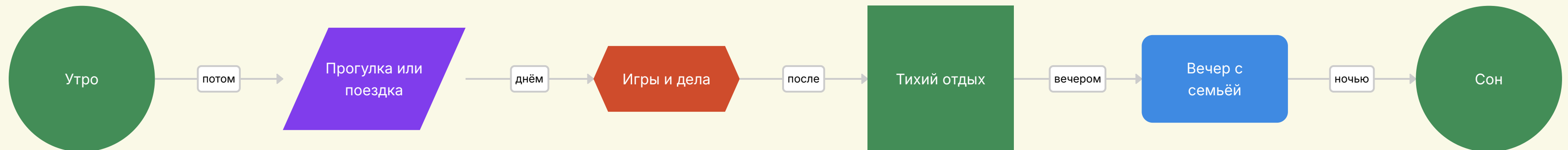
3 Над водой и цветами

Над прудом и лужайкой летают стрекозы, а пчёлы собирают нектар с цветов. Их можно долго наблюдать на солнце: одни зависают над водой, другие быстро перелетают от цветка к цветку и не теряют ни минуты.



Как проходит летний день школьника

Последовательность дел и отдыхов в обычный летний день: от утра до ночи.



Летние праздники и семейные традиции

Праздники страны

Летом отмечают День защиты детей и День России. Эти дни часто проходят на улице, где можно участвовать в играх, смотреть выступления и радоваться общему празднику.

Семейные дни рождения

Летний день рождения легко устроить на даче, в парке или у дома. Тёплая погода помогает собраться всей семьёй, устроить угощение и сделать много весёлых фотографий.

Поездки к родным

Летом удобно ездить к бабушке, дедушке и другим родственникам. Такие встречи особенно запоминаются, потому что рядом любимые люди, вкусный чай и долгие разговоры.

Пикники и прогулки

Пикник на траве, игры во дворе и прогулка по парку делают лето по-настоящему семейным. Вместе всегда веселее, даже если это просто хлеб, яблоки и смех.



Что остаётся после лета

Фотографии и рисунки

После лета дома появляются снимки, рисунки и открытки из поездок. Они помогают снова вспомнить море, лес, лагерь или любимый двор, где было так хорошо гулять.

Сухие листочки и ракушки

Дети часто привозят гербарий, камешки, ракушки и другие маленькие находки. Эти вещи напоминают о прогулках, берегах рек и морских каникулах, даже когда за окном уже осень.

Новые знания

Летние впечатления не только радуют, но и учат. Ребёнок узнаёт больше о растениях, животных, погоде, дороге и людях, с которыми встретился в поездке.

Тёплые воспоминания

Самое главное остаётся в памяти: светлые вечера, дружеский смех, семейные прогулки и хорошие открытия. Такие воспоминания долго согревают и помогают ждать следующего лета.





Лето — время радоваться и беречь себя

Лето дарит тепло, длинные дни и множество ярких событий. Оно учит замечать красоту природы, отдыхать с пользой, беречь здоровье и осторожно радоваться каждому солнечному дню.

