



«16 интересных идей, чем заняться с детьми летом на свежем воздухе»

Дети обожают летние каникулы время, когда не нужно просыпаться по будильнику и можно делать все, что хочется. Вот только современные дети часто проводят эту чудесную пору за электронными гаджетами, пропуская настоящее веселье. Предлагаем отвлечь

детвору от цифровых технологий и в такую прекрасную погоду пойти гулять на улицу. А чтобы вы не ломали себе голову чем заняться с детьми летом, мы подготовили несколько идей увлекательного досуга, которые намного интереснее онлайн-игр. Вы даже можете составить семейный летний список дел и отмечать занятия по мере их выполнения.

Путеводитель по летним развлечениям детей на свежем воздухе

№1. Рисуйте мелом на асфальте

Психологи утверждают, что игры на свежем воздухе приносят огромную пользу детскому телу, разуму и духу, а рисование мелом может заставить их бросить гаджеты и наконец-то выйти из дома. Мел предоставляет безграничные возможности для творчества, где ребенок руководствуется исключительно своей фантазией и воображением. Юные художники могут создавать свои первые картины или нарисовать старые добрые классики и активно играть с друзьями.

№2. Отправляйтесь на охоту за бабочками

Познакомьте ребенка со своими детскими развлечениями. В детстве каждый из нас ловил бабочек. Нет, мы не предлагаем убивать насекомых. Но отправляясь на охоту за бабочками, дети познакомятся с разными видами насекомых, смогут их внимательно рассмотреть, а затем определить их вид с помощью всезнающего Google. Бегать по лугам с сачком в поиске оригинальных бабочек — отличная летняя забава.

№3. Запустите воздушного змея

В запуске воздушного змея есть что-то гипнотическое. Время останавливается, а глаза ничего не видят кроме парящей в небесах игрушки. Психологи советуют родителям запускать воздушных змеев вместе с детьми, поскольку такое времяпрепровождение сближает, дарит искреннюю радость, помогает расслабиться, избавиться от напряжения и стресса. Так, что, если не знаете, чем заняться с детьми в одно из летних воскресений, езжайте на ближайшее поле или пляж чтобы отправить змея в увлекательный полет.

№4. Собирайте фрукты и овощи

Лето — лучшее время для отдыха на даче. Если на дачном или приусадебном участке есть фруктовые деревья и огород, научите детей собирать фрукты и

овощи. Искать спелую клубнику и малину довольно таки увлекательное и очень вкусное занятие.

№5. Бросайте летающую тарелку

Врачи говорят, что фрисби приносит огромную пользу для здоровья взрослых и детей. Пока ребенку будет просто весело, мама сможет сбросить лишние килограммы, поскольку ей придется постоянно двигаться. Игра улучшает ловкость, выносливость и скорость реакции.

№6. Катайтесь на самокатах

Если вам трудно отвлечь ребенка от смартфона, самое время купить детский самокат. А еще лучше купить самокаты для всей семьи и ежедневно на них кататься. Во время катания на скутерах можно научить детей правилам дорожного движения. А еще катание на самокатах или как его еще называют на Западе — скутинг — ускоряет обмен веществ, улучшает кровообращение и работу сердца. Такое времяпрепровождение очень полезно для органов дыхания и предотвращает различные респираторные заболевания. Благодаря улучшенному кровотоку костная ткань получает больше питания из-за чего ребенок быстрее растет

№7. Отправляйтесь на рыбалку

Рыбалка — увлекательное летнее занятие для всей семьи. Вместо того чтобы сидеть в душном доме перед телевизором, возьмите удочки и отправляйтесь на ближайшую речку. Или же вы можете пойти на платный водоем, где водится много рыбы, которая точно клюнет.

№8. Повезите детей в зоопарк и конюшню

Наши родители регулярно водили нас в зоопарк, тогда как современные дети видят многих животных только по телевизору. Также вы можете посетить ближайшую конюшню, где дети смогут покататься на пони или взрослых лошадях.

№9. Отправляйтесь на целый день в деревню

Даже если у вас нет родственников в деревне, ваш ребенок просто обязан увидеть деревенскую жизнь — познакомиться с буренками на лугу, собрать букет полевых цветов, погонять гусей и искупаться в речке.

№10. Постреляйте из водяной помповой пушки

Все что нужно для увлекательного досуга летом на свежем воздухе, набрать в пушку воды (по принципу медицинского шприца), а затем выстрелить водой в цель. Отличная забава для оравы детей в летний зной, когда хочется не только повеселиться, но и освежиться.

№11. Играйте в настольный теннис

Чем заняться с детьми летом? Конечно же, играть в теннис на свежем воздухе. Активная игра улучшает ловкость, скорость реакции, гибкость, координацию рук и глаз, совершенствует двигательные и стратегические функции. А еще это просто увлекательный досуг для всей семьи. Организовать игровое поле можно на любом столе с помощью простых аксессуаров: ракеток, мячика и сетки.

№12. Установите во дворе детский бассейн

Для детей нет лучше забавы, чем купание в собственном водоеме. Особенно если на улице стоит палящая жара. Вы можете выбрать детский надувной бассейн с солнцезащитным навесом, фонтаном и горкой. Главное не забывайте ежедневно менять воду и использовать защитное покрытие, которое позволит воде дольше оставаться чистым.

№13. Сыграйте в бадминтон

Бадминтон — отличная игра для тихого безветренного дня. Еще один способ весело провести время всей семьей с пользой для здоровья. Регулярные игры в бадминтон благотворно сказывается на физическом развитии молодого организма. Ребенок становится более ловким, внимательным, развивает быструю реакцию и гибкость тела. Родителям такой досуг также принесет пользу особенно после сидячей работы в офисе.

№14. Сделайте во дворе песочницу

Детям понравится целый день возиться с песком — лепить фигурки, строить замки и играть со строительной техникой.

№15. Установите во дворе большой мольберт для рисования мелом или красками

Больше не придется переживать, что акварель испачкает мебель или ковры. Просто установите в саду большую доску как в школьных классах, чтобы дети могли все лето наслаждаться собственным творчеством.

№16. Сделайте детские качели или тарзанку в саду

Вы можете купить уже готовые подвесные качели и установить их во дворе, чтобы дети больше веселились на свежем воздухе или же смастерить их своими руками.



«Чем заняться с детьми летом на свежем воздухе + 15 идей»

1. Изучите кулинарные навыки — раз в неделю устраивайте кулинарный день, в котором вы вместе с детьми готовите различные блюда и десерты.
 2. Устройте пикник в своем дворе: постелите покрывало на лужайке, включите музыку на блютуз-колонке и съешьте вкусный обед, греясь в теплых лучах яркого солнышка.
 3. Превратите старый шкаф или комод в игровую кухню для девочек. Разместите на нем несколько старых тарелок, кастрюль и ложек, чтобы юные хозяйки могли готовить природные деликатесы из грязи, травы и глины.
 4. Играйте под дождем. Летние теплые ливни идеально подходят для веселых детских игр. Наденьте на детей дождевики и резиновые сапоги, чтобы они вдоволь напрыгались по лужам.
 5. Катайтесь всей семьей на велосипедах. Исследуйте окрестности и наслаждайтесь теплым ветром, подгоняющим вас в спину.
 6. Прыгайте на скакалке — устраивайте соревнования и бейте собственные рекорды.
 7. Приучайте детей к порядку и любви к нашей Планете — в следующий раз, когда отправитесь на прогулку по любимому маршруту, возьмите с собой перчатки, пакеты и острые палки для сбора мусора. Вы даже можете устроить соревнование, кто соберет больший мешок. Подайте хороший пример своим детям и учите их заботиться об окружающей среде.
 8. Повесьте в саду гамак и купите ребенку интересную книгу, чтобы он мог ее смотреть на свежем воздухе.
 9. Делайте гербарии и аппликации. Собирайте вместе красивые цветочки и листики, высушивайте в книгах, а затем создавайте оригинальные аппликации. Творчество — лучшее занятие для детей круглый год.
 10. Играйте в баскетбол, футбол и боулинг — такие игровые наборы дешево стоят и представлены в разных вариантах.
 11. Научите дочку прыгать через резинку как в своем детстве и играть в классики.
 12. Устройте звездную вечеринку. Летними вечерами выходите на улицу, чтобы полюбоваться звездным небом и загадать заветное желание, когда падает звезда. А днем наблюдайте за облаками и ищите на каких животных они похожи.
 13. Купите детям аквагрим и предложите им раскрасить друг друга. Не переживайте: краски полностью безопасные и легко смываются.
 14. Научите дочку плести венки из одуванчиков и полевых цветов.
 15. Сделайте бумажные кораблики своими руками и отправьте их в плавание на ближайшей речке или в садовом пруду.
- Теперь у вас есть много вариантов чем заняться с детьми на открытом воздухе в летний сезон, а потому скучать, точно не придется.