

# Встречаем осень с малышом



# Одежда для прогулок осенью

Покрой одежды имеет большое значение для профилактики переохлаждения. Комплект из куртки и полукомбинезона наиболее удобен. Куртки при активных движениях ребенка поднимаются, обнажая поясницу, а спинка полукомбинезона ее прикрывает.

Между бельем и верхней одеждой (в зависимости от погоды) могут быть рубашка и свитер или только рубашка, колготки и рейтузы или только колготки.

В прохладную погоду детям рекомендуется носить шапки, хорошо прикрывающие лоб и уши. Хорошей защитой от ветра служит капюшон куртки, надетый поверх шапки.

Ношенная вещь холоднее новой. Имейте это в виду, если ваш младший ребенок донашивает одежду за старшим.

В уличной одежде ребенок находится не только на прогулке, но и в общественном транспорте, магазинах. В этих случаях нужно иметь возможность снять часть одежды, чтобы ребенок не вспотел.

В условиях часто меняющейся погоды не может быть универсальной осенней одежды. Одежду ребенку нужно подбирать ежедневно, в зависимости от температуры воздуха, влажности и силы ветра.

В любом случае одежда должна быть чистой, красивой, яркой и вызывать у ребенка радость и хорошее настроение.





## ИГРЫ С МАЛЫШОМ ОСЕНЬЮ

Вот и наступила осень. Это время года, несмотря на частую непогоду можно сделать для ребенка самым интересным и запоминающимся. В осеннее время можно придумывать много интересных, забавных, а главное активных развлечений – тех, которых дети были лишены в минувшее жаркое лето. В маминых руках сделать серые осенние будни яркими и познавательными.

Во-первых, не стоит отказываться от прогулок с ребенком даже в непогоду – не стоит забывать, что свежий воздух очень полезен для здоровья. Не бойтесь холодного воздуха и морозящего дождика.

После дождя прогулка станет особенно полезной – воздух наполнится свежестью, дышать которым станет в удовольствие.



Такие прогулки особенно эффективны, если ребенок страдает аллергическими заболеваниями – концентрация аллергенов в воздухе минимальна. Гулять лучше в парке, подальше от проезжих дорог и трасс.



## УЧИМСЯ НАБЛЮДАТЬ

Ваш малыш пошел в детский сад. Позади сложный адаптационный период. Ребенок уже не капризничает по утрам, приходя в группу. И вы спокойны, что с ним все в порядке, пока вы на работе. Вы знаете, что в детском саду с ним проводят все необходимые занятия, но это не значит, что домашние занятия можно прекратить. Используйте каждую минуту для общения и развивающих занятий с малышом.

- Идя утром в детский сад, наблюдайте с ребенком за изменениями, которые происходят в природе. Обратите внимание малыша на то, что *стало прохладнее*, поэтому *нужно теплее одеваться*. Покажите первые *желтые и красные листики* на кустах и деревьях. Объясните, что листья желтеют и краснеют, когда на смену теплому лету приходит осень. В дождливый день объясните, что осенью *дожди идут часто*.
- Покажите *птиц, которые готовятся к отлету в теплые края*. Расскажите, что некоторые птицы всегда улетают от нас осенью, потому что похолодало и стало мало корма.
- Рассмотрите и сравните с ребенком две картинки. Пусть подумает и расскажет, на которой из них лето, а на которой — осень.



## НАБЛЮДЕНИЕ ОСЕНЬЮ

Покажите детям, как изменилась природа. Во время прогулок учите различать траву, деревья, цветы. Обращайте внимание на ярко-желтую окраску листьев, на небо, на дождь, учите различать овощи, фрукты, которые дети часто видят, едят. Учите слушать ваши объяснения, понимать их. Чаще ходите с детьми в парк. Обращайте внимание на окружающую среду: холодно или тепло, светит солнце или идет дождь. Послушайте, как шуршат под ногами опавшие листья. Вместе с детьми составьте из желтых и оранжевых листьев осенний букет, украсьте им комнату ребенка.

