

ОСЕНЬ

УЧИТЕ ДЕТЕЙ СМОТРЕТЬ И ВИДЕТЬ

- ★ Став взрослыми, мы часто вспоминаем своё детство. Многие, конечно, забылось, но то, что связано с природой, навсегда осталось в памяти. Разве можно забыть то чудное ощущение, которое вы испытывали, когда босиком шлёпали по тёплым лужам после дождя? Или запах сена, на котором вы лежали и смотрели в небо?
- ★ А там плыли облака, и вы сравнивали их то со сказочным городом, то с каким-то животным... А кто не радовался, когда неожиданно в траве находил крепкий белый гриб, или когда попадал на полянку, всю красную от душистой земляники?
- ★ Природа оставляет глубокий след в душе ребёнка, потому что она своей яркостью, многообразием воздействует на все его чувства. Ребёнок радуется, видя зелёную траву, слушая щебетание птиц или стрекотание кузнечиков, ощущая запах цветов.
- ★ Первые восприятия остры и неожиданны для ребёнка. А всё иное удивляет, вызывает интерес. У ребёнка возникают вопросы, с которыми он обращается к взрослому. Будет ли развиваться любознательность ребёнка, будут ли у него формироваться правильные представления об окружающем мире - зависит от взрослого.
- ★ Бывает, что ребёнок сам пытается узнать то, что его интересует. «Сможет ли жук летать, если у него не будет крыльев?» И ребёнок отрывает у жука крылья, а затем наблюдает за ним. Это не жестокость, в которой часто обвиняют детей, а неудовлетворённая любознательность.
- ★ Мир огромен, а ребёнок ещё мал, и опыт его ограничен. Поэтому нужно знакомить его с природой постепенно, помочь ему накопить факты, полученные от общения с природой, направить его интерес, создать условия, чтобы у ребёнка формировались правильные представления о ней. Для этого не нужно специально везти ребёнка за город. И в городе, во дворах, скверах и парках можно знакомить детей с родной природой.
- ★ Во время прогулок в природу можно всесторонне развивать ребёнка, воспитывать у него многие положительные качества, которые будут нужны ему в жизни.

ВО ЧТО ИГРАТЬ?

Осенью в парке или лесу можно найти много красивых опавших листочков. Поиграйте с ребенком в игру: пусть малыш по листочку попробует узнать дерево, на котором листочек рос. Так малыш узнает много новых названий деревьев.

Возьмите на прогулку мяч – любые игры с мячиком не позволят малышу замерзнуть в прохладную погоду.

Игра «Угадай слово». Мама кидает ребенку мячик и задает вопрос. Он должен ответить маме и кинуть мячик обратно ей. Таким образом, совмещаются два типа развития – физическое и интеллектуальное. Игру можно усовершенствовать – например, выбрать тему и называть слова определенной тематики, например, названия фруктов, цветы, и т.п.

Детям очень нравится шлепать по осенним лужам. Чтобы ребенок не промочил ноги, позаботьтесь о покупке непромокаемых сапожек, лучше резиновых. Попросите ребенка измерить глубину лужи – пусть он с помощью палочки измеряет глубину лужи и найдет самую глубокую. Можно покидать камушки в лужу и посмотреть, как от камушка идут круги по воде.

Старайтесь на прогулке осень как можно больше двигаться – обычные подвижные игры, такие как прятки, классики, катание с горки нравятся всем малышам без исключения.



СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Осенью малыши знакомятся с осенними явлениями природы. Дети наблюдают как расцвечиваются листья у деревьев и кустарников. В солнечные, теплые дни после первых заморозков листья окрашиваются в багряные, оранжевые, желтые, золотистые цвета и преобритают желтые оттенки и очень нарядный и красивый вид.

После первых заморозков при дуновении ветра листья легко отделяются от ветки.

Начинается массовый листопад, и земля покрывается слоем сухих шуршащих листьев.



Одежда для прогулок осенью



Правильно одеть ребенка - значит в большой степени обезопасить его от простудных заболеваний, дать возможность свободно двигаться и комфортно себя чувствовать.

Сама одежда не греет, но между ней и телом, а также в порах ткани находится воздух, являющийся плохим проводником тепла. Большие или меньшие теплосохраниющие свойства одежды зависят от ее покроя, количества слоев и от качества ткани, из которой она сшита. Ткань сохраняет тепло тем лучше, чем больше воздуха заключено в ней. Высокой теплозащитной способностью обладают мягкие, рыхлые ткани: шерсть, вельвет, трикотаж, флис, синтепон.

В дождливую погоду верхняя одежда должна быть из непромокаемого материала с подстежкой, обладающей хорошими теплозащитными свойствами. Очень удобны куртки на синтепоновой подкладке: они легкие, достаточно теплые и, что немаловажно, легко стираются и быстро сохнут.

Большое значение имеют индивидуальные особенности ребенка. Малоподвижный, постоянно зябнувший ребенок должен быть одет теплее, чем активный. Слишком укутанных малышей можно встретить гораздо чаще, чем недостаточно тепло одетых.



Правила закаливания

Для того, чтобы закаливание было эффективным, следует соблюдать определённые правила:

Первое правило:

**Если хочешь быть здоровым,
Прогони подальше лень.
Если начал закаляться,
Закаляйся каждый день.**



Закаливание должно быть ежедневным, постоянным. Делать водные процедуры нужно каждый день, без пропусков. Для этого нужна не малая сила воли.



Второе правило:

**Вышел сразу на мороз -
Весь до косточек промёрз.
Закаляйся постепенно -
Это для здоровья ценно.**



Закаливание должно быть постепенным, лучше начинать с воздушных процедур: умываться и делать зарядку в одних трусиках при комнатной температуре, 15-20 минут.

Следить, чтобы на коже не появились "пупырышки", надо сразу одеться.

Обливание следует начинать с тёплого душа, постепенно снижая температуру воды на 1 градус каждые два-три дня, доводя её до 15-18 градусов.



Третье правило:

**Если закаляться - в радость,
Вам простуда - не подружка.
Вы здоровье берегите.
Это, дети, не игрушка.**

Закаливание должно быть приятным. Нельзя мёрзнуть на морозе, загорать до ожогов, купаться до гусиной кожи.

**Правила эти, помните, дети.
Будьте здоровы и не болейте!**



ИГРА «ПОДРУЖИ СЛОВА»

(образование сложных слов)

листья падают – листопад, снег падает – снегопад, вода падает – водопад, самолета летает – самолет, пыль сосет – пылесос,

ИГРА «ВСЕ СДЕЛАЛ»

(образование глаголов совершенного вида).

Скажи, как будто ты уже все сделал (сделала). мыл – вымыл, вешает – повесил, одевается – оделся, прячется – спрятался, гладит – погладил, стирает – постирал, рисует – нарисовал, пишет – написал, поливает – полил, ловит – поймал, чинит – починил, красит – покрасил, убирает – убрал, строит – построил

ИГРА «ТЫ ИДЕШЬ, И Я ИДУ»

(закрепление в речи глаголов с разными приставками)

Ты выходишь, и я выхожу, ты обходишь и я обхожу и т. д. (подходить, заходить, переходить...) Можно по аналогии использовать глаголы ехать, лететь.

ИГРА «А ЧТО, ЕСЛИ...»

(развитие связной речи и мыслительных процессов)

Взрослый начинает фразу, ребенок заканчивает. А что произошло, если бы не было ни одной машины... А что произошло, если бы не было птиц... А что произошло, если бы не было конфет... А что бы произошло, если бы было все вокруг твоим... (И т. д. возможно придумать различные варианты).



УЧИМСЯ НАБЛЮДАТЬ ЗА ИЗМЕНЕНИЯМИ В ПРИРОДЕ

Вот и закончилось лето. Вы привели своего подросшего и окрепшего малыша в детский сад, но ваши ежедневные прогулки с ним продолжаются. Постарайтесь использовать их для наблюдений за природой, развивающих игр и просто общения.

- Поинтересуйтесь у ребенка, понимает ли он, почему его одежда стала более теплой и на смену футболке пришла куртка. Если он сможет объяснить, что *на улице стало прохладно*, это очень хорошо.
- Помогите малышу сделать вывод, что с наступлением осени *становится холоднее, солнышко уже не греет так, как летом, небо закрывают тучи, чаще дует холодный ветер, идет дождь*.
- Выразительно прочитайте ребенку стихотворение об осени и предложите выучить, но сначала выясните, все ли слова и выражения он понял, что значит *колючий* дождь, что такое *слякоть*.

Осенью

Вдруг закрыли небо тучи,
Начал капать дождь колючий.
Долго дождик будет плакать,
Разведет повсюду слякоть.
Грязь и лужи на дороге,
Поднимай повыше ноги.



- Обратите внимание ребенка на то, как изменились растения: *начинает желтеть трава, отцветают цветы, появились первые желтые и красные листики на деревьях*. Объясните, что начинается *листопад*. Понаблюдайте за тем, как кружатся в воздухе разноцветные листья. Предложите ребенку изобразить, как кружатся в воздухе листочки.
- Соберите букет из осенних листьев, дома прогладьте их горячим утюгом через лист бумаги. Затем предложите малышу выложить из листиков разные фигурки, а потом приклеить их на картон. Полюбуйтесь вместе, какая красивая аппликация получилась.



Октябрь

Октябрь-Грязник. Начинается месяц с периода золотой осени. Если в первую половину октября лес предстает во всей своей красе золотой осени, то со второй половины месяца листья быстро опадают, заряжают дожди, а земля становится сырой и грязной. Вот и название месяцу - Грязник.

В октябре, в октябре
Частый дождик на дворе.
На лугах мертва трава,
Замолчал кузнечик.
Заготовлены дрова
На зиму для печек.

Листопад, зазимник, грязник,
Ветер рвёт златой наряд,
Землю грязную тем златом
Покрывает всю подряд.
(Октябрь)



ОСЕНЬ

Осень золотая
Ходит по дорожкам.
У нее на ножках
Желтые сапожки.

У нее на платье
Листики цветные,
А в ее лукошке
Есть грибы лесные.



Игры для детей осенью

Прогулки с ребенком на свежем воздухе хороши и полезны в любое время года. Просто прогуляться с ребенком – хорошо, а прогуляться и поиграть - еще лучше.

Игры для детей осенью позволяют сделать прогулку не только интересной, а и развивающей и познавательной.

«Давай поговорим»

По дороге к месту прогулки с ребенком обсуждается все то, что попадает в поле зрения. Поговорить можно о временах года, характерных для каждого из времен года отличительных признаках и явлениях. Необходимо

акцентировать внимание малыша, что плохой погоды и плохого времени года в природе не бывает. Каждое из времен замечательно по-своему: зима - снежными забавами, весна – ручьями, корабликами, а лето – цветочками, фруктами и ягодами, осень же – опавшими, и такими красивыми, разноцветными листьями.



ОСЕНЬ

Осень - время, когда мы прощаемся с цветами, когда снимают свой летний наряд деревья и кусты, улетают птицы... Мамушка - Земля как будто раздевается перед первым зимним снежком, умывается осенними дождями, накрывается покрывалом из опавших листьев. Что ей снится в это время, что она увидит во сне? Может быть своих первых детозек - весенние листья, первые цветы, траву, возвращающихся с юга первых птиц? Осенью мы вместе с детьми вспоминаем все, что узнали за лето, обсуждаем, за что мы скажем природе "спасибо", наблюдаем за изменениями, происходящими в природе.

СЕНТЯБРЬ

Первый осенний месяц. Солнце еще греет, но на небе все чаще появляются облака, нередкими дождями становятся дожди. Темнеет все раньше и раньше, но кажется, что света, как и летом, много. Почему? Вокруг царит желтый цвет - цвет золотого солнца. Это пора грибов в лесу, фруктов в садах. Сентябрь - бархатный месяц, золотоцвет, листопадник, румянец осени, зародок света. Так ласково величали его предки.

22-23 сентября - осеннее равноденствие, день равен ночи. Стрижи, ласточки по ногам отправляются в дальний путь. А последними улетают птицы, которые весной улетают первыми: грачи, жаворонки, скворцы, утки, гайки.

ОКТАБРЬ

Осень в апогее своего царства. Лето скрылось за горизонтом, зима уже на пороге. Месяц хмуры, мокрый. Октябрь, месяц дат, связанных с именами великих русских людей. 8 октября - Представление преподобного Сергия Радонежского, создателя Всея Руси.

10 октября - день рождения великого русского художника и мыслителя Николая Рериха.

11 октября - день великого русского богатыря Ильи Муромца.

В эти дни можно в доступной форме рассказать детям о героях, пусть они применяют к себе качества замечательных людей.

НОЯБРЬ

Сумерки года, ворота зимы. Задумчивый, грустный месяц. Его миссия - соединить глубокую осень с зимой. Туги все ниже, ветры все холоднее, дожди превращаются в снегопад. Фенологическая осень длится до окончания листопада, обычно совпадает с днем, когда снег ложится уже надолго, образуя белый покров.

Основные приметы предзимья: температура воздуха стремится к нулю, появляются зимующие птицы, снежный покров радует глаз густеющей близкой, солнце греет все реже и уже не греет.

Это месяц последней "живой" воды: все глубже проникает холод в почву. Совсем не греют землю косые лучи солнца, отдавая власть холодам.



Укрепляем иммунитет!

Иммунитет — это защитная реакция организма.

Еще не так давно считалось, что иммунитет защищает человека только от инфекций. Однако ученые доказали, что иммунная система человека защищает организма также от генетически чужеродных клеток, к которым относятся бактерии с выделяемыми ими токсинами, вирусы, простейшие, паразиты, донорские ткани и даже собственные измененные клетки, например, раковые.

Существует два вида иммунитета:
врожденный и приобретенный.



Врожденный иммунитет мы имеем благодаря нашим предкам, а вот приобретенный формируется на протяжении всей жизни и уникален для каждого человека.

Как укрепить иммунитет:

- 1.соблюдение режима дня (питаться в одно и тоже время важно не только детям, но и взрослым, также важен и режим для отдыха. Доказано, что беспорядочность является основной причиной многих стрессов и нервных заболеваний, что в свою очередь снижает защитные силы организма);
- 2.правильное питание (следите, чтоб питание ребёнка было разнообразным, а продукты — свежими и высокого качества);
- 3.движение - это жизнь (не пренебрегайте ежедневной зарядкой, выполняя с ребенком несложные упражнения по несколько раз в день);
- 4.закаливание (Самыми распространёнными закаливающими процедурами являются воздушные ванны, плавание, обливание);
- 5.вооружаемся любовью (дети, которые растут в любви, чувствуют себя защищенными и реже болеют).



КРИЗИС 3 ЛЕТ

Не хочу! Не буду! Не надо!

Следует ещё раз подчеркнуть, что такое тяжёлое кризисное поведение - абсолютно нормальное поведение для трёхлетнего ребёнка. Яркое проявление самостоятельности и самоутверждения ребёнка - свидетельство того, что его развитие идёт в соответствии возрасту. Не стоит пугаться кризисного поведения, не стоит говорить ребёнку, что он "плохой" или хуже других. Надо попытаться помочь ему преодолеть этот сложный период и смягчить проявления кризиса.

Так как же лучше реагировать на упрямство и капризы ребёнка? Как помочь преодолеть кризис трёх лет? Попробуйте воспользоваться следующими советами:

- * Поощряйте самостоятельность и активность малыша. Постарайтесь взять на себя роль консультанта, а не запретителя;

- * Установите границы активности малыша. Они должны определяться сферой его безопасности. Покажите ребёнку зону "можно" и "нельзя";

- * Будьте последовательны в своих требованиях. Если вы что-то не разрешаете ребёнку, то стойте на своём до конца. В противном случае слёзы и истерики станут для него удобным способом добиться своего;

- * Следите за тем, чтобы все окружающие предъявляли к ребёнку одинаковые требования;

На пытайтесь ругать или уговаривать ребёнка во время приступа

