

**ЗДРАВСТВУЙ,  
ОСЕНЬ!**



# ЗАГАДКИ-СТИХИ ДЛЯ ДЕТЕЙ ПРО ОСЕНЬ И ЕЕ МЕСЯЦЫ

Опустел колхозный сад,  
Паутинки вдаль летят,  
И на южный край земли

Потянулись журавли.  
Распахнулись двери школ.  
Что за месяц к нам пришёл?  
(Сентябрь)

Вслед за августом приходит,  
С листопадом хороводит

И богат он урожаем,  
Мы его, конечно, знаем!  
(Сентябрь)

Всё мрачней лицо природы:  
Почернели огороды,  
Оголяются леса,

Молкнут птичьи голоса,  
Мишка в спячку завалился.  
Что за месяц к нам явился?  
(Октябрь)

Королева наша, Осень,  
У тебя мы дружно спросим:

Детям свой секрет открой,  
Кто слуга тебе второй?  
(Октябрь)

Поле чёрно-белым стало:  
Падает то дождь, то снег.  
А ещё похолодало —

Льдом сковало воды рек.  
Мёрзнет в поле озимь ржи.  
Что за месяц, подскажи?  
(Ноябрь)

Кто тепло к нам не пускает,  
Первым снегом нас пугает?

Кто зовёт к нам холода,  
Знаешь ты? Конечно, да!  
(Ноябрь)

Солнца нет, на небе тучи,  
Ветер вредный и колючий,  
Дует так, спасенья нет!  
Что такое? Дай ответ!  
(Поздняя осень)

Холода их так пугают,  
К тёплым странам улетают,  
Петь не могут, веселиться  
Собрались все в стайки ...  
(Птицы)

Пришла без красок,  
Без кисти  
И перекрасила все листья.

Листья падают с осин,  
Мчится в небе острый клин.  
(Осень)

## ПРОГУЛКИ С ДЕТЬМИ В ОСЕННИЕ ДНИ

Теплые летние денечки уже позади, теперь осень радует нас своими красками, которая, кстати, пролетает довольно быстро, и уже совсем скоро придет первый снег. Но такие погодные условия не должны стать поводом для отмены детских прогулок, главное - придерживаться некоторых правил. И тогда осенние прогулки с детьми принесут только пользу.

1. Правильно подбираем время для прогулок. Это значит, что малыш - не голодный и совсем не хочет спать. Лучше всего организовать прогулку перед обеденным сном, так он и аппетит нагуляет, и, набегавшись, крепче уснет. Особенно хороши прогулки, если ребенок отказывается есть - продолжительный промежуток времени, и вместо того, чтобы наседать на него с упреками, погуляйте на свежем воздухе, а придя домой, он наверняка сам попросит кушать. В прохладную погоду воздух более насыщен кислородом, чем в жаркие летние дни, поэтому необязательно гулять по 4-6 часов в сутки, вполне достаточно одного, двух часов.

2. Также очень важно правильно одеть ребенка. Если это новорожденный или грудной ребенок, то одевать его следует, как себя, + на один слой больше, потому что он находится либо вообще без движений, либо движения у него незначительные. Этим слоем может стать добавочный шерстяной костюм или одеялко. А вот бегающего, активного ребенка не стоит сильно кутать, чтобы он не вспотел. Одевать таких детишек следует так же, как и себя. Если вы чувствуете себя в одежде тепло и комфортно, значит, и ребенку тепло. Чаще всего на прогулке с трех-четырех летними детьми получается такая картина: мама стоит без движений, а ребенок носится что есть мочи.

И кого из гуляющих одевать на один слой больше? Да, да, лучше маму.

Если на улице много луж, лучше ребенку обуть резиновые сапоги, потому что он так и норовит прыгнуть в лужу. А чтобы ручки оставались теплыми, оденьте перчатки. Кстати, достаточные прогулки на свежем воздухе - это своего рода закаливание ребенка и выработка у него более стойкого иммунитета.

3. Оптимальное место для прогулок осенью, так же, как и в другие времена года, - это парки, скверы, набережные. Если поблизости нет природных мест, подойдут и огороженные игровые площадки.

4. Развлечения на осенней прогулке могут быть самыми разными: от простых догонялок (проводятся в погоду без луж), прятков или обсыпаний осенними листьями до интересных сюжетных сценариев, например, поиграть в сказочный лес, где есть болото (очерченный кусок земли), и это болото нужно перейти по специальной тропинке (насыпанным листьям в виде дорожки). Или побегать с детьми змейкой - взявшись за руки, огибать деревья. Здесь главное - не размыкать рук.

Можно предложить малышу поиграть в "буквы". Для этого взрослый выкладывает из листьев буквы, а ребенок называет их. Усложнением в такой игре станет составление слогов из букв.

Гуляя в парке, можно собирать интересных листочков, шишек и ягодок. Дома их засушить и делать осенние аппликации. А можно семена и плоды разных растений использовать для изготовления "украшений". Хорошо выглядят бусы из желудей, ягод рябины. Попробуйте вместе с ребенком сделать ожерелье, чередуя желуди и "крылатки" клена и т.п.

Самое главное - будьте не рядом, а вместе с ребенком: наблюдайте, играйте, фантазируйте... И пусть ваши осенние прогулки с детьми будут интересными и полезными.

# ОСЕННИЕ ИГРЫ НА УЛИЦЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

«Идем гулять», – говорит мама. Несомненно, прогулки на свежем воздухе полезны для здоровья малыша. Вот мы походили, посмотрели. Что же делать дальше? Во что можно поиграть с ребенком? Предлагаем вам некоторые игры, которые сделают вашу прогулку не только интересной, но и познавательной.

## Игры на развитие интеллекта, воображения и речи

По дороге в парк обсуждайте с малышом все, что увидите. Поговорите о временах года, о том, какие явления природы случаются летом, зимой, весной. Расскажите, что огорчаться из-за плохой погоды не стоит. Ведь каждое время года хорошо по-своему: зимой можно кататься на санках, весной – пускать кораблики по лужам, летом – собирать цветочки, осенью – собирать опавшие листья.

## Инопланетянин

Скажите малышу, что вы сегодня не мама или папа, а герой любимой сказки или приезжий из далеких стран. Вы никогда не были на улице и совсем не знаете, как здесь все устроено. Задавайте малышу заведомо простые и смешные вопросы, просите называть каждый предмет, появляющийся у вас на дороге. Пусть он вам расскажет, зачем он нужен, и что с ним делать. Таким способом ребенок будет учиться формулировать свои мысли, описывать предметы, ориентироваться в пространстве.

## Облака

Вначале выясните у ребенка, знает ли он, что такое облака, откуда они берутся. Теперь спросите, на что похожа та или иная тучка или их скопление.

Понаблюдайте вместе, как облака в небе все время

меняют форму, двигаются. Можно придумать целую историю со своими героями. Эта игра замечательно развивает воображение и фантазию.

### **Листики**

Осенью соберите вместе с малышом листья разных деревьев, обязательно называя дерево, от которого берете лист. Задача ребенка – найти дерево в парке, сравнивая собранные листья с теми, которые еще остались на деревьях, и вспомнить, как оно называется. Можно слегка усложнить игру, добавив шишки, орехи, желуди.

### **Запутывалки**

Взрослый и ребенок становятся друг против друга. Один из игроков – ведущий. «Мы сегодня дровосеки» — объявляет взрослый. Он показывает движения и называет их: «Идем в лес, несем топор, рубим дерево, отрубаем сучки, катим бревно, и т.д.». Задача маленького дровосека – точно повторить движение. Когда движения запомнятся, взрослый начинает намеренно запутывать малыша, говорит одно, а показывает совсем другое. Задача ребенка – не сбиться и показать названное движение. Освоившись, малыш тоже может попробовать себя в роли ведущего. Дровосеков можно заменить на рыбаков, садовников, плотников, и т.д. Для этой игры используйте ветки деревьев, игрушечные инструменты. Она станет еще интереснее, если в ней будет участвовать целая компания.

### **Полезные наблюдения Кормушка для птиц**

Вспомните с малышом, какие птицы живут в вашем городе, чем они питаются. Расскажите ему, что осенью и зимой пернатым бывает трудно найти еду, поэтому можно сделать для них кормушку. Покажите ребенку, как ее можно вырезать из молочного пакета. Затем предложите ему вырезать кормушку самостоятельно. Скажите юному натуралисту, что можно всегда брать с собой на прогулку

хлебные крошки, крупу и пополнять кормушку. Пусть это станет одним из первых уроков, воспитывающих любовь к живой природе. Насыпав корма птицам, посмотрите, кто прилетит в вашу «столовую». Пусть ребенок попробует сам назвать птичек.

### **Игры на развитие движений**

Прогулка на улице для ребенка – прежде всего великолепная возможность вдоволь подвигаться, что в условиях городской квартиры не всегда получается. А ведь движение напрямую связано с развитием интеллекта, речи, пространственных представлений, эмоциональной сферы навыков взаимодействия с окружающими. Обеспечьте малышу максимум естественной двигательной активности. Пусть он бегаёт, прыгает, ходит по лестницам, бордюрам, стволам деревьев, играет в подвижные игры с другими детьми. Кроме испачканной одежды вы получите колоссальную пользу для его развития.

### **Кто как ходит?**

Взрослый называет известных малышу животных, птиц, предметы. Задача ребенка: изобразить, кто как передвигается. Например, говорите: «Зайка» – малыш должен прыгать вперед, «Мишка» – идти, косолапя и вразвалочку, «самолет» – бежать с расставленными руками, «Солдат на параде» – идти, высоко поднимая ноги и чеканя шаг. Можно поменяться ролями, пусть малыш загадывает зверя или предмет, а вы изображаете.

### **Помоги зайке!**

Возьмите из дома игрушечного зайца. На прогулке вспомните вместе с малышом стихотворение А. Барто «Зайка» (Зайку бросила хозяйка...) и предложите поиграть. Для этого надо научить зайку прыгать. Ребенок берет зайца на руки и встает на бортик песочницы. «Не бойся, зайка, ты больше не будешь мокнуть на скамейке!» А теперь, оттолкнувшись и согнув обе ножки, прыгаем вниз.

## **Широкая речка**

Взрослый кладет две палки параллельно друг другу. Это – берега реки. Нужно перепрыгнуть с одного на другой и «не намочить». Сначала пусть малыш прыгает с места. Позднее можно расширить «берега» и предложить ему прыгать с разбегу.

## **Идем по кочкам**

Возьмите с собой на улицу пачку одноразовых бумажных тарелок. Разбросайте их по земле, но так, чтобы малыш смог шагать по ним. Попросите ребенка представить, что земля – это болото, которое надо перейти, чтобы попасть к царевне-лягушке (в ее роли может выступить игрушечная лягушка) или любому другому сказочному персонажу. Идти надо по кочкам-тарелкам, и ни в коем случае не шагнуть в «болото». Малыш будет учиться удерживать равновесие, планировать, как лучше поставить ногу.

## **Игры с мячом**

Возьмите на прогулку мячик средних размеров (18–20 см в диаметре) и предложите ребенку с ним поиграть в разные игры.

### **«Съедобное — несъедобное»**

Можно поиграть в знакомую многим с детства игру – «Съедобное – несъедобное». Водящий бросает мяч и одновременно называет предмет. Если его можно съесть – ребенок должен поймать мячик, если нет – ловить мяч не следует. Если в игре принимают участие несколько детей, то расположите их немного подальше от себя. Пусть ребенок, поймавший «съедобный мяч», делает шаг вперед. Кто первым дойдет до водящего, сам становится водящим.

### **Веселые соревнования**

Если с вами гуляют другие дети, устройте между ними веселые состязания. У кого из малышей лучше получится: бросить мяч о землю так, чтобы он отскочил как можно выше; бросить мяч высоко вверх и поймать двумя руками;



покатить мяч вперед и постараться догнать; бросить мяч в цель с разного расстояния правой, а затем левой рукой; бросать мяч друг другу без предупреждения – кто поймает; ударить по мячу ногой – у кого дальше укатится; положить два камушка на дорожке и попытаться прокатить мяч между ними, постепенно сужая расстояние и т.п. Если вы гуляете вдвоем с малышом, пусть он соревнуется с вами, только не забывайте иногда проигрывать маленькому спортсмену.

### **Игры в лужах**

Лужа – несомненный источник радости для любого малыша, а для мамы – бесконечное огорчение. Не пускать ребенка в лужу бесполезно, он все равно там окажется быстрее, чем его успеют поймать. В подобных случаях дети гораздо проворнее родителей. Сладок, как известно, именно запретный плод. Позволив малышу вдоволь наиграться в лужах на прогулке, можно надеяться, что он не полезет в воду, идя в новых ботинках в гости к бабушке. Игры в воде не так страшны, как кажется большинству родителей. Это нормальное проявление детской познавательной активности, так зачем же лишать ребенка этого удовольствия? Для взрослых игры с ребенком в лужах – прекрасный повод вспомнить собственное детство и чуть-чуть подурачиться.

Главное – позаботьтесь о подходящей обуви. Штаны также лучше выбрать непромокаемые. Конечно, новую куртку надевать не стоит, да и запасной комплект перчаток не будет лишним. Лужи желательно находить различной формы и глубины, но недалеко от дома. Долгая дорога обратно домой мокрому ребенку все же нежелательна.

### **Измеряем лужи**

Начнем с периметра. Считайте шаги хором с малышом, идя по границе лужи. Переходите к следующей, изучая ее тем же способом. Взрослый спрашивает, какая лужа больше, а какая меньше, малыш сравнивает.

Теперь – глубина. Мерить ее лучше все же палкой, в

противном случае есть риск зачерпнуть воду сапогами. При безопасной глубине разрешите ребенку ходить по луже, топая ногами и поднимая потоки брызг, но так, чтобы вокруг не было случайных прохожих. Если на прогулке вы встретили приятелей малыша с такими же демократичными мамами, можно устроить соревнования у кого брызг будет больше. Удовольствие всей детской компании и стирка для мамы – гарантированы!

Лужи можно просто считать по дороге в парк, наступая и измеряя каждую встречающуюся на пути, а потом вместе с мамой вспоминать, сколько было больших, сколько маленьких, а какая была самая глубокая. Имея велосипед, ребенок не упустит возможности проехаться на нем через все лужи, оставляя потом на асфальте извилистый след, по которому родители смогут догнать свое чадо.

### **Первые уроки физики**

В следующий раз можно освоить не менее увлекательную игру «тонет-не-тонет». Для нее понадобятся пластмассовые игрушки, пластиковые бутылки, которые можно захватить из дома и найденные на улице деревяшки всех калибров, камушки, листочки. В процессе игры малыш познакомится со свойствами предметов и сделает много открытий. Вторым этапом игры будет поиск и доставание морских кладов при помощи палки, – надо же выловить все те формочки и совочки, которые все же затонули.

### **Кораблики**

Найдя в парке ручеек или канавку, обязательно отправьте по нему в плавание кораблик! Его можно сделать на месте из щепки или пластиковой бутылки, но лучше изготовить дома заранее. Для этой цели прекрасно подойдет кусок пенопласта. Не забудьте изготовить парус из пакета или бумаги. Пусть ребенок сам нарисует иллюминаторы и якорь, придумает кораблю название и с вашей помощью напишет его на борту. Спуск на воду желательно произвести торжественно, сказав речь. Если корабль уплыл дальше, чем предполагалось, или вы его

потеряли, переключившись на другие игры, ребенок может расстроиться.

Придумайте вместе с малышом интересную историю о дальних странствиях и приключениях вашего отважного кораблика, и расставание с ним пройдет значительно легче.

### **Мимическая игра «Осень»**

Предложите ребенку изобразить Раннюю Осень. У Ранней Осени легкая поступь, веселое лицо. Она радостная, щедрая, добрая, красивая.

Затем - изобразить Позднюю Осень. Поздняя Осень грустная, печальная, Зимой гонимая. Изобразить плачущую Осень.

Наше настроение: Показать, какое у вас настроение в яркий, солнечный осенний и в дождливый, хмурый осенний день.

Увидели гриб-сморчок. Сморщить лицо. Показать, как вы удивились, увидев огромный мухомор. Вытянуть лицо и раскрыть рот. Поднимать и опускать брови. При поднимании бровей глаза широко раскрываются, при опускании — почти закрываются.

Любуемся красивым нарядом Осени: «О-о-о, о-о-о, о-о-о!». Увидели большой гриб и удивились: «О-о-о-о-о!». Нашли червивый гриб, огорчились: «Ах-ах-ах!».

### **Разноцветная осень**

В погожий осенний день вы отправляетесь с малышом на прогулку. А вокруг - буйство красок: деревья стоят золотые, багряные, бурые, встречаются еще зеленые. И под ногами шуршат листья.

Наберите букет из осенних листьев. У каждого дерева листья осенью имеют свой цвет, а самые красивые, конечно, листья клена.

Придя домой, прогладьте листья горячим утюгом, чтобы впоследствии они не коробились. А затем возьмите большой лист бумаги - белой или цветной, - и пусть малыш наклеивает листья на бумагу.

Очень радостная получится картина!

