

Рекомендации для родителей: «Прогулки с детьми осенью»

За окном осень, а с ней – дожди и прохлада. Не беда! Вы с детьми найдете массу возможностей для веселой и полезной прогулки.

Каждая прогулка начинается с наблюдения за окружающей средой. Вместе с детьми обсуждаем, какого цвета и формы, пробегающие облака, смотрим на падающие листья, считаем желуди. Собираем дары природы, из которых мастерим дома поделки.

Превращаемся в художников – рисуем камешками, палочками на земле. Если на улице лужи, то и с ними найдем что делать: бросаем листики-кораблики или камушки-лягушки. Вот так весело и занимательно можно провести осеннюю прогулку с пользой для здоровья и развития ребенка.

Дни становятся все короче, а погода - все хуже. Но, несмотря на это, дети с огромным удовольствием играют на улице, ведь для них нет неудачного сезона или погоды. И осенняя прогулка - это прекрасная возможность порадовать ребенка интересными играми и активностями, а самой отвлечься от сезонной хандры и тоже от души повеселиться.

- **"Охота за сокровищами"** - вокруг уже полным-полно ярких опавших листьев. Пусть ребенок соберет разноцветный букет, а дома можно сделать из него гербарий или яркий осенний коллаж.

- **"Ищем по форме и цвету"** - еще одна игра с листиками. Все они разной формы, размера, цвета. Дай ребенку задание: найти побольше листиков клена. Или березы. Или дуба. Больших или маленьких. Еще зеленых или уже коричневых. Эта простая, казалось бы, игра развивает у малыша память, зрение и логическое мышление.

- **"Текстуры осени"** - для этой игры вам пригодятся восковые мелки и бумага, хотя можно рисовать прямо на асфальте. Пусть ребенок приложит лист и заштрихует. Получатся интересные оттиски, которые помогут малышу лучше познакомиться с осенней природой.

- **"Собери кусочки осени"** - выдай ребенку сумочку или что угодно другое для хранения. Пусть складывает туда листья, каштаны, желуди, ветки, шишки - словом, все, из чего состоит осенняя пора. А дома можно высушить это все и сделать красивую красочную аппликацию.

- **"Кто больше расскажет об осени"** - игра для нескольких человек. Каждый игрок называет элементы и характерные признаки осенней поры: например, листья желтеют, листья опадают, птицы улетают на юг, дни становятся короче, а ночи длиннее, холодает, идет дождик и т.п. Это очень поучительная и развивающая игра для ребенка, из которой он может почерпнуть много нового и интересного.

Но чем старше становится ребенок, тем больше для его развития должна приносить прогулка. Свежего воздуха теперь уже недостаточно.

Загляните на любую детскую площадку. Что, скорее всего вы увидите? Как правило, одну и ту же картину: дети копаются в грязноватом песке, съезжают с горки или залезают на лесенку, счастливы, которым повезло занять качели, гордо восседают на них. Мамы, в свою очередь, заняты беседой друг с другом на близлежащей скамейке, периодически поглядывая в сторону своих чад. Главное - чтобы не подрались, не свалились, не наелись песку.

Многие родители почему-то уверены, что прогулка - это время их законного отдыха от ребенка, а обязанности сводятся лишь к присмотру за его безопасностью. Конечно, малышу необходимо время для самостоятельного познания мира, для игр с другими детьми, но ведь часто бывает так, что дети явно скучают или, наоборот, перевозбуждены и не в состоянии играть самостоятельно, а мама лишь отмахивается: "Ну, иди же, играй в песочек, дай поговорить!" При этом те же самые мамы постоянно жалуются, что им не хватает времени ни на что вообще, а в частности - на занятия с ребенком.

А ведь именно прогулка открывает уникальные возможности для занятий с детьми. Автор многих статей по раннему развитию Ася Штейн предлагает несколько вариантов, как разнообразить прогулку с ребенком и сделать ее полезной не только для здоровья, но и развития, а также общения родителей с детьми.

Учимся читать

Возможно, вы знакомы с методикой Глена Домана и являетесь его сторонником или просто слышали, что некоторые специалисты раннего развития советуют показывать детям карточки с подписями. Делать это можно на прогулке: в ближайшем парке, на берегу реки, на бульваре или просто в зеленом уголке двора. Напишите на карточках слова "земля", "трава", "дерево", "одуванчик", "шишка", "кора", "берег" и т. д. и разложите их прямо на земле, прикрепите к стволам деревьев, прислоните к цветам. А теперь поведите малыша по этой волшебной полянке, читая ему карточки. Даже десяти-одиннадцатилетний кроха, не говоря уж о более старших, будет в восторге от такой игры.

Ребенку постарше можно предложить поиграть в "музей живой природы", пусть он правильно расставит карточки перед "экспонатами".

Трехлетний ребенок с удовольствием примет участие в сборе гербария летом или коллекции семян зимой. Все образцы вы потом вместе рассортируете, оформите и подпишете.

Птицы и насекомые

Первые дикие птицы, с которыми знакомится маленький горожанин, это голуби, воробьи, снегирь и синицы. Прихватите крошки для уток и голубей, сделайте в парке кормушки. Приучите малыша тихо-тихо наблюдать за птицами. Разыщите муравейник и понаблюдайте за его обитателями, расскажите малышу, какие муравьи трудолюбивые, как они живут большой дружной семьей. Если вы возьмете с собой лупу, можно осторожно рассмотреть муравья или другое насекомое. Только ни в коем случае не разрешайте ребенку мучить насекомых и птиц. А вот гусеницу вполне можно прихватить домой, посадить в банку и попробовать превратить ее в бабочку. Обязательно обратите внимание, на каких листьях гусеница сидела: ими ее и надо кормить.

Математика

Иногда на прогулке можно заняться и математикой. Ну где, как не в лесу осваивать понятие десятка? Соберите, к примеру, несколько десятков шишек или камешков, разложите их по заранее припасенным коробочкам или просто на крупных листьях - вот вам и математическое пособие. Песчаные и асфальтовые площадки подойдут для занятий геометрией. Можно чертить палочкой или мелом, а если соберется несколько детей вместе, предложите им самим превратиться в геометрические фигуры: протягивая друг другу веревочки, малыши смогут составить треугольник, квадрат, ромб.

Рисование

Время от времени, но не очень часто, чтобы не надоело, возьмите на прогулку бумагу и краски или карандаши. Не часто удастся побывать в роли "художников на этюдах". Объясните малышу, как делать наброски растений, животных, людей, рисовать пейзажи. Пусть рисует, как ему хочется, - не требуйте полного сходства. Попробуйте начать рисовать вместе с ребенком, а потом устройте выставку вашего с ним творчества.

Подготовила: инструктор по физической культуре: Юхарева И.В.