***Консультация:***

***«ОСЕННИЕ НАБЛЮДЕНИЯ НА ПРОГУЛКЕ»***

***Автор: Кожаева Юлия Дмитриевна***

Вот и промелькнуло лето в своем ситцевом цветастом сарафанчике! На смену ему пришла красавица - осень! Осень - чудная пора! Еще стоят теплые солнечные денечки, а деревья стоят уже в своем золотом убранстве! Постарайтесь использовать их для наблюдений за природой, для игр и общения с ребенком.

Каждый сезон для малышей наступает как будто впервые. Поэтому важно дать им возможность на своем опыте усвоить понятие времени года. Это ляжет в основу стройной картины мира. К счастью, решить такую задачу совсем не сложно. Поэтому важно дать детям знания и возможность усвоить понятие времени года.

Как сделать так, чтобы осенняя прогулка стала для детей интересной и познавательной? Чем можно занять ребенка на прогулке осенью?

***Прогулка в парк***

Отправляйтесь на прогулку в парк или лесок почаще – и в пасмурные дни, и в погожие деньки листопада. Во время прогулки прислушивайтесь к звукам вокруг: к шуршанию листвы, пению птиц. Вспомните об осенних признаках, возможно вам повезет и вы сможете показать их ребенку.

Вас беспокоит состояние одежды после прогулки? Оденьтесь попроще. И позвольте ребенку веселиться в свое удовольствие: ползать по земле, забираться на деревья, собирать листья и зарываться в них с головой.

В разных частях парка можно наблюдать разнообразие пейзажей и растений. Сегодня вы полюбуйтесь кленом и соберите под ним букет из листьев. Завтра добавите в композицию веточку рябины. Дуб будет прекрасным дополнением, да еще если под ним вы найдете гладкий желудь с симпатичной шляпкой. Фотографируйтесь на роскошном фоне, не забывайте снимать и всё вокруг. Такие фотографии помогут оживить в памяти недавнюю прогулку и закрепить впечатления.

***Беседы***

В беседе с ребёнком уточните названия одежды для разных сезонов года, головных уборов (как части одежды, обуви и их составляющих. Рассматривая разные виды одежды называйте её составляющие части: воротник, рукава, манжеты, карманы, подкладка, подстёжка, оборка, петли, пуговицы и т. д.

Обратите внимание ребёнка на особенности ткани, которые используются при производстве одежды: Натуральные (лён, шерсть, хлопчатобумажные – ситец, сатин, шёлк) получают из разных материалов – льна, шерсти овцы, хлопчатника, коконов тутовых шелкопрядов. Искусственные ткани (капрон, нейлон) получают химическим путём. Спросите: для чего нужна обувь человеку? Чем похожа вся обувь? Чем отличается? Как надо выбирать обувь по сезону? По погоде? Как надо ухаживать за обувью? Почему? Вместе обсудите значение одежды и обуви для здоровья человека.

Предложите ребёнку продумать ситуацию и ответить на вопросы:

• Что будет, если в дождь обуться в тапочки?

• Что будет, если в ветреную погоду гулять без шапки?

• Что будет, если в мороз гулять без варежек? В осенних ботинках?

• Что будет, если исчезнет вся одежда?

Занимательная задача Ане, Юле и Оле мама купила ткани на платья.

Ане не зеленую и не красную.

Юле - не зеленую и не желтую.

Оле - не желтое и не красное.

Какая ткань для какой из девочек?

***Приметы осени:***

- белки делают большой запас на зиму — жди зимой сильных морозов.

-много рябины уродилось — значит, осень дождливая будет, а зима морозная.

-высоко птицы перелетные летят — холода уже близко.

-если листва с деревьев опала очень быстро, то зима будет холодной.

-листва с берез опадает неравномерно — долго снега не будет.

-кошка мордочку прячет, хвостиком прикрывает — к похолоданию.

***Художественная литература***

И читайте как можно больше и чаще. Прививайте любовь к литературе, а через нее любовь к родному краю.

Дети с удовольствием слушают сказки В. Бианки о животных с заниматель-ными сюжетами. Это такие, как «Кто чем поет», «Лесные домишки», «Сова», «Чей нос лучше?», «Хвосты», «Чьи это ноги?», «Лис и мышонок».

Так, из сказки В. Ф. Адаевского «Мороз Иванович» дети узнают о снежной корке, под которой трава сохраняется в любые морозы, а весной снова начинает расти как ни в чем не бывало.

Много интересного и поучительного содержат народные сказки «Колобок», «Теремок», «Кот, петух и лиса», «Заюшкина избушка».

Стихи о природе – это первый шаг на пути познания окружающего мира.

М. Познанская «Ромашка», Е. Серова «Одуванчик», Ю. Капотов «Листопад», И. Демьянов «Осень», И. Токмакова «Осенние листья».

***Заготовка природного материала***

Заготовленный природный материал можно использовать в творческих работах. Чем разнообразнее материал, тем легче и интересней с ним работать. Листья можно использовать в аппликации. Шишки применить в работе с пластилином, делая разных зверушек. Собранные сухие корни, ветки, шишки, сучки имеют причудливую форму. Можно рассмотреть их и спросить ребенка: «На что походе? Что напоминает?» Это помогает развить память, мышление и воображение. Сравнивая, дети вспоминают сказочных героев, фантазируют, придумывают, что из чего модно сделать, какую композицию (с участием человечков, зверей, птиц и т. п.)

Старайтесь начинать каждое утро с улыбки и хорошего настроения, тогда и Вам, и Вашим детям осенняя депрессия не страшна!

***Польза закаливания в осенне-зимний период***

Формы применения закаливания в осенне-зимний период несколько меняются в связи с сезонными явлениями.

В этот период приходится пользоваться, главным образом, воздухом и водой – в виде частичных обмываний тела (ополаскивание до пояса, мытье ног, обтираний, обливаний.

Так же, как и летом, элементы закаливания должны занять твердое место в режиме дня, - в процессе повседневной жизни и в виде возможных по условиям работы учреждения специальных мер.

Основные формы закаливания в повседневной жизни детей в условиях осении зимы сводятся к следующему:

- создание привычки к широкому пользованию свежим наружным воздухом в помещении;

- рациональная одежда;

- длительное пребывание на воздухе независимо от погоды;

- привычка к прохладной воде.

*Проветривание* - это всем известное требование гигиены о поддержании всегда одинаковой, ровной температуры помещения, в настоящее время оспариваются многими гигиенистами.

Приучать ребенку к динамическому микроклимату можно, пользуясь обыкновенными форточками.

В комнате, в присутствии детей, на время открывают форточки, и как только температура воздуха снизится на 2 – 3 (а позже на 4) градуса, закрывают их снова, - такой прием повторяют несколько раз. Способ этот применяют даже в яслях.

При правильном режиме отопления детского сада дети могут и зимой заниматься при открытых фрамугах.

Сквозное проветривание производится в отсутствие детей. Влажность сквозного проветривания не всегда учитывается. Приучая детей к открытым форточкам, не надо забывать об индивидуальных особенностях детей. Индивидуальный подход выражается в том, что более чувствительным к охлаждению детям педагог выбирает место подальше от окна, разрешает им несколько теплее одеться.

Одежда детей. Вопрос об одежде в осенне-зимнем периоде приобретает особое значение. Если в теплые летние дни можно ограничиться минимальным количеством одежды, и слой воздуха, находящийся между телом и этой одеждой, почти не отличается от внешнего воздуха своей температурой и влажностью, то осенью и зимой внутри одежды образуется свой «микроклимат», имеющим большое значение для теплообмена.

Верхняя одежда должна быть удобно и красиво сшита и достаточно просторна: лучше всего тепло сохраняется благодаря прослойке воздуха между различными слоями одежды. Важно, чтобы ворот был хорошо пригнан. Тогда шарф почти не нужен; во всяком случае, он должен быть небольшим и легким. Его назначение – придерживать ворот там, где он плохо приспособлен.

Очень важно регулировать одежду ребенка в зависимости от погоды: не надевать свитера под теплую куртку во время оттепели, не надевать на вязанную шапку капюшон, если температура не ниже 4 – 5° мороза.

Пребывание на воздухе. В режиме закаливания в осенне-зимнем периоде неоспоримо важное место принадлежит длительному пребыванию на воздухе.

***В режиме дня время это распределяется следующим образом:***

1. Утренний прием детей на воздухе. Опыт работы показывает, что при умелом подходе воспитателя и правильном подборе материала для игр и занятий, дети охотно остаются на воздухе и не мерзнут даже в морозную погоду. В некоторых детских садах в это время проводится на воздухе утренняя гимнастика.

2. Прогулка до обеда 1,5 – 2 часа.

3. Послеобеденный сон с доступом свежего воздухе.

4. Прогулка во вторую половину дня.

В дни, когда прогулка невозможна из-за сильного дождя или большого снегопада с ветром, она может быть заменена пребыванием детей на «открытом воздухе, но под крышей», т. е. на верандах, во дворе под навесом, в беседке, павильоне и т. п.

Умелый подбор игр и занятий, в которых дети были бы достаточно подвижны, несмотря на ограниченность пространства – задача, которую хорошо разрешают многие из практических работников.

Специальные мероприятия. Из специальных закаливающих мероприятий в осенне-зимний период можно проводить: обтирания, обливания и воздушные ванны в движении.

Мероприятия по закаливанию должны проводиться под тщательным врачебным и педагогическим контролем. План закаливающих мероприятий составляется совместно врачебным и педагогическим персоналом заранее, с учетом сезонных условий и возможностей учреждения.