

Прогулки в осенний период.

Осеннее похолодание и морозящий дождик – не повод оставаться дома. Но перед прогулкой у родителей всегда возникает много вопросов. Как одеть малыша, чтобы он не замерз и ему было удобно? Какие игрушки брать с собой? Как сделать прогулку веселой и увлекательной?

Для каждого ребенка прогулка – это интереснейшее событие. Малыш получает массу новых впечатлений и эмоций, знакомится с другими детьми и познает мир вокруг.



Одеваемся по погоде

Один из самых важных и волнительных вопросов – как одеть ребенка? Ведь осенью погода меняется очень быстро и резко, и мамам бывает тяжело предугадать, во что одеть свое чадо. Главное правило – не кутать малыша! На улице дети любят прыгать, бегать, резвиться, и чрезмерно тепло одетый ребенок быстро вспотеет

и может простыть от любого сквозняка. Осенью часто идет дождь, поэтому позаботьтесь о непромокаемой и непродуваемой курточке, надетой на теплый свитер. Это одновременно защитит ребенка от дождя и не даст ему перегреться. В сырую погоду самой подходящей обувью станут резиновые сапоги, но в них нога сильно потеет, а потом быстро замерзает. Поэтому не забудьте надеть толстый хлопковый или шерстяной носок, который согреет ножки ребенка. Если столбик термометра стремится к нулю, то самым оптимальным вариантом станет многослойная одежда. Например, хлопковая футболка с длинным рукавом, шерстяной свитер, а сверху куртка. Ноги защитят непромокаемые штаны, поддетые колготки или рейтузы и удобные ботиночки. Лучше выбирать немаркую одежду, которую легко постирать, ведь ребенок наверняка где-нибудь испачкается. Насчет длительности прогулки нет четких правил. Продолжительность зависит в первую очередь от погоды, а также от

возраста малыша. Если на улице сильный ветер или проливной дождь, то в этот день лучше остаться дома. Но если погода солнечная, на улице можно провести даже несколько часов. Конечно, гулять лучше в парке или сквере, подальше от загазованных дорог и трасс. Тогда ребенок наиграется, подышит свежим воздухом, устанет, а потому будет крепко и сладко спать.

Придумываем интересное занятие

Но чем же занять малыша в осенний период? В руках мамы и папы возможность сделать это время ярким и запоминающимся, несмотря на погоду.

Собираем гербарий

Осенью природа вокруг преобразуется. Деревья надевают новые пестрые наряды, а животные делают запасы на долгую зиму. Идя на прогулку, расскажите ребенку, почему листья меняют цвет, а птицы улетают на юг. Во время прогулки

описывайте ребенку все, что видите вокруг. Так малыш не только сформирует словарный запас, но и познакомится с окружающим его миром. Вместе понаблюдайте, как трудолюбивые муравьи строят свой большой дом, или соберите разноцветные опавшие листочки. Вернувшись, засушите их и сделайте гербарий, который ребенок сможет рассматривать и изучать зимой, вспоминая яркую осень.

Общаемся с братьями меньшими

В некоторых парках есть белки, которых можно кормить орешками прямо с рук. Ребенок получит большое удовольствие от общения с маленькими лесными жителями! Или смастерите вместе с папой кормушку, которую малыш раскрасит, а затем повесьте ее в парке и приходите каждый день подкармливать птичек. Также можно угостить уток в соседнем пруду или голубей в сквере. Возьмите немного белого хлеба и позвольте ребенку самому покормить птиц. Дети обожают

наблюдать за животными, и ваш ребенок будет с восторгом ждать прилета пернатых!

Тысяча дел на детской площадке

Отличным местом для прогулки станут специальные детские площадки. Там ваш малыш сможет вдоволь повисеть на турнике, прокатиться с горки и покачаться на качелях. К тому же на площадке всегда много других детей, с которыми кроха обязательно захочет пообщаться. Вместе им веселее будет играть в мяч или лепить куличики в песочнице. Возьмите побольше формочек, лопаток и ведерок, чтобы ребенку было интересно. А вы сможете тем временем поболтать с другими родителями или почитать книгу. Но во время прогулки следите за тем, чтобы руки малыша были чистыми. Он может, например, потереть глаза, а грязь и микробы с рук способны вызвать раздражение. Для того чтобы избежать этого, всегда носите с собой влажные салфетки

Теперь ваш ребенок может смело копаться в песке и строить настоящие замки и крепости!



Пускаемся в плавание

После дождя всегда остаются лужи, по которым дети так любят ходить. Подберите правильную непромокаемую обувь и разрешите ребенку измерять глубину луж, шлепать по ним или кидать камушки. А если рядом с вашим домом есть небольшая речка или бурный ручей, можно запустить бумажный кораблик. Пустите его в

открытое плавание или привяжите на веревочку. Тогда ваша кроха станет морским капитаном. Кораблик может быть не один, и тогда малыш будет управлять самым настоящим флотом! А если погода солнечная и сухая, то захватите цветные мелки и украсьте двор веселыми и яркими рисунками прямо под вашими окнами, чтобы с утра малыш смог еще раз полюбоваться своим творением!

Придумывайте свои игры и занятия, фантазируйте и веселитесь вместе с малышом. И тогда каждая прогулка станет незабываемым приключением для вашего ребенка!

