

БЕСЕДА С ДЕТЬМИ: «НЕ БОИМСЯ МЫ ДОЖДЕЙ И ОСЕННИХ ХМУРЫХ ДНЕЙ!»

Быстро пролетают теплые солнечные летние деньки, вот уже заморосили холодные дожди, задули порывистые ветры. Пришла в наши края осень. Осенние дни короче летних, смеркается рано, но и осенью нужно ходить на прогулки и продолжать закаливающие процедуры. Если идет дождь, то погулять можно под зонтом.

Я гуляю под зонтом
Мама зонтик мне купила
— Взрослый, настоящий,
Ярко - розовый, красивый,
С ручкою блестящей.
Если дождь пойдет опять,
Под зонтом пойду гулять!

Осенью можно играть под навесом на площадке детского сада. Там сухо, а воздух после дождя становится чище, он пахнет палыми листьями, мокрыми ветками и корой.

К сожалению, осенью люди часто болеют, потому что начинаются резкие перепады температур, влажности, дуют холодные ветры. У многих болит горло, люди чихают и кашляют.

Поэтому осенью нужно продолжать закаливание прохладной водой по утрам, делать зарядку и гулять на свежем воздухе.

Осенняя песенка
Не боимся мы дождей
И прохладных хмурых дней,
Будем петь и веселиться,
Взявшись за руки, кружиться!
Прочитаем мы стихи
Про осенние деньки.

Осенью очень полезно, придя с улицы, промыть нос прохладной водой и прополоскать горло.

Это поможет вам уберечься от вирусных простудных заболеваний. Если целый день идет проливной дождь, то поиграть можно и дома.

В какие игры играют в помещении?

Верно! В «Ручеек», в «Море волнуется раз», «Пройди и не задень», «Не намочи ног», «Шире шаг» и другие. Эти игры, хотя и не слишком подвижные, но направлены на совершенствование координации движений.

В игре «Пройди и не задень» на полу раскладываются вырезанные из цветной бумаги флажки, квадраты, кружки и другие фигурки. Играющим нужно под музыку пройти между ними, стараясь не задеть. Темп музыки постепенно ускоряется, и проходить приходится быстрее и быстрее!

Некоторые ребята любят в ненастные осенние дни играть в шашки, шахматы. Эти игры тренируют мышление, память, развивают ум.

Ответь на вопросы

1. Надо ли осенью продолжать закаливающие процедуры? 2. Как ты закаляешься осенью?
3. Ходишь ли гулять? 4. В какие игры играешь на свежем воздухе?

Отгадай загадки

Озорной повеса пролетел над лесом,
Крыльями взмахнул
— Листья с дерева стряхнул. (Ветер.)

Перед долгою зимой
Землю он польет водой.
(Дождь.)

В эту игру играют без спешки.
Есть в ней король, королева и пешки.
Победу одержит в игре этой тот,
Кто просчитает вперед каждый ход. (Шахматы)