

Пальчиковая разминка "Осень к нам пришла"

Осень, осень к нам пришла,
Дождь и ветер принесла.
*(Стучим пальцем левой руки
по ладони правой)*

Кап-кап-кап, кап-кап-кап,
Дождь и ветер принесла.
Пожелтел зелёный сад,
Листья кружатся, летят.
(Трём ладонью о ладонь)

Шу-шу-шу, шу-шу-шу,
Листья кружатся, летят.
Песни птичек не слышны,
Подождем их до весны.
*(Кисти рук накрест, движения
кистями рук вверх-вниз)*

Чик-чирик, чик-чирик,
Подождем их до весны.



ИГРЫ С МАЛЫШОМ ОСЕНЬЮ

Вот и наступила осень. Это время года, несмотря на частую непогоду можно сделать для ребенка самым интересным и запоминающимся. В осеннее время можно придумывать много интересных, забавных, а главное активных развлечений – тех, которых дети были лишены в минувшее жаркое лето. В маминых руках сделать серые осенние будни яркими и познавательными.

Во-первых, не стоит отказываться от прогулок с ребенком даже в непогоду – не стоит забывать, что свежий воздух очень полезен для здоровья. Не бойтесь холодного воздуха и морозящего дождика.

После дождя прогулка станет особенно полезной – воздух наполнится свежестью, дышать которым станет в удовольствие.



Такие прогулки особенно эффективны, если ребенок страдает аллергическими заболеваниями – концентрация аллергенов в воздухе минимальна. Гулять лучше в парке, подальше от проезжих дорог и трасс.