

*Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад общеразвивающего вида №11»*

*Консультация для родителей на тему:  
«Время года - осень»*

Подготовил воспитатель: Сивачук Е.В.

Новомосковск 2023

Во время прогулки по осенней улице, парку, лесу обращайтесь внимание детей на осенние изменения в природе: вспомните вместе с детьми о смене времен года, повторите названия времен года и их очередность. Осенняя природа дает богатый материал для совместных с детьми наблюдений.

Листья на деревьях меняют свой цвет – летом они были зеленые, а теперь стали желтыми, красными, оранжевыми; скоро листья опадут – начнется листопад. Деревья не погибли, они только отбросили отмершие, а потому не нужны листья. Но весной из почек вновь появятся новые листочки, дерево вновь оживет, зазеленеет.

Меньше становится насекомых – не слышно кузнечиков, не видно стрекоз, бабочек. Можно объяснить детям, что насекомые готовятся к зиме, к холодам: они прячутся в щели домов, под кору деревьев и засыпают на всю зиму до следующей весны.

Наблюдения за улетающими птицами. Можно теперь легко ответить на вопрос детей, почему от нас улетаю птицы осенью. Насекомых стало меньше – дети это видят сами. Поэтому птицы должны улетать, чтобы не погибнуть от голода. Они улетаю в теплые края, где даже в зимнее время тепло и нет недостатка в пище. Но весной вернутся снова.

Попробуйте разучить с детьми стихотворение:

### **Осень**

Лес, точно терем расписной,  
Лиловый, золотой, багряный,  
Веселой, пестрою стеной  
Стоит над светлою поляной.  
Березы желтою резьбой  
Блестят в лазури голубой,  
Как вышки, елочки темнеют,  
А между кленами синеют,  
То там, то здесь в листве сквозной  
Просветы в небо, что оконца.  
Лес пахнет дубом и сосной.  
За лето высох он от солнца

Для ребенка нет преград в виде осенней слякоти - его тянет на улицу, где он любит играть в любое время года и при любой погоде. Для нас же, для взрослых, осень ассоциируется с промокшими ногами, сопливым носом и горячим лбом. Но давайте радоваться жизни вместе с детьми, ведь, как пелось в известной песне: «у природы нет плохой погоды!» А чтобы вы были спокойны - я вам расскажу, как одеть ребенка осенью, чтобы он не подхватил простуду и не заболел.

### ***Как одеть ребенка осенью? Верхняя одежда.***

Родители часто забывают золотое правило «не навредить» и, основываясь на своих ощущениях, часто слишком кутают ребенка, надевая на него кучу одежды, порой совершенно забывая, что дети, в отличие от взрослых никогда не стоят на месте, а постоянно двигаются, бегают и прыгают. Конечно, если речь идет о младенце, который всю прогулку спит,

на тепло, полученное от движений, рассчитывать не приходится, но ведь он находится в закрытой коляске, куда ни ветер, ни холод, ни капли дождя не проникают. Поэтому самое главное осенью - это непромокаемая и не продуваемая верхняя одежда. Вообще, в идеале для того, чтобы постоянно не ломать голову, как одеть ребенка осенью, вы должны иметь несколько вариантов верхней осенней одежды на любую погоду. Это ветровка - для сухой и теплой погоды, плащ-дождевик - для прохладной и влажной и теплая куртка - для холодов и ветра. Все эти вещи должны быть непромокаемыми, а также иметь водоотталкивающие свойства, о наличии которых можно прочесть на ярлычке. Покупая куртку или пальто для своего малыша, учтите, что непромокаемая одежда бывает прорезиненной и мембранной. Первая – это, проще говоря, одежда, изготовленная с использованием резины. В таких вещах дети потеют, потому что прорезиненные вещи совершенно не пропускают воздух. Второй тип - это мембранная, в отличие от прорезиненной, позволяет коже дышать.

#### **Мембранные курточки бывают:**

водонепроницаемые - такие вещи необходимы, если ваше чадо собирается сидеть в луже и гулять под проливным дождем - чего ни один родитель сделать не позволит; и водоотталкивающие - такие вещи отлично подойдут для прогулки во время мелкого дождя и в сырую погоду.

**Вывод:** самым лучшим вариантом для решения проблемы, как одеть ребенка осенью, станет мембранная водоотталкивающая ветровка или, в зависимости от погоды, теплая куртка на флисе, обладающая теми же свойствами, что и ветровка.

На случай необходимости передвижения ребенка во время дождя - купите плащ - дождевик. Этот тип верхней одежды, как правило, шьется из водонепроницаемой ткани яркой окраски и надевается поверх основной куртки в виде балдахина.

Еще несколько правил: необходимо, чтобы все швы, завязки, резинки и пуговицы на верхней одежде ребенка были хорошо прошиты и пришиты, замки - без проблем открывались и закрывались, а застежки - исправно выполняли свою функцию. Кроме этого у куртки непременно должен быть капюшон, а талия и манжеты рукавов должны плотно прилегать к телу ребенка и иметь резинку.

#### **Как одеть ребенка осенью? Одежда под куртку.**

В качестве идеальной одежды осенью выступает водолазка. Эта вещь плотно прилегает к телу и отлично закрывает горло. Водолазки бывают трикотажными - на случай теплой погоды, и шерстяными - на случай прохладной погоды. Единственное замечание - дабы избежать появления на теле ребенка раздражения и покраснения, обязательно надевайте под водолазку нательную майку или футболку. Хорошей альтернативой водолазке станет рубашка или джемпер с длинными рукавами и жилет.

Штанишки же должны быть средними по толщине. Не нужно надевать слишком тонкие или, наоборот, слишком толстые зимние штаны. Лучше всего подойдет плотные непромокаемые брюки, возможно и

джинсы, имеющие утеплитель. На случай холодной погоды, вы должны иметь колготки или кальсоны, в зависимости от пола ребенка.

Наверное, самая большая и довольно распространенная проблема - как одеть ребенка осенью так, чтобы спина не оголялась. Подобная ситуация часто мучает родителей. Наденьте под кофту удлиненную нательную майку или длинную водолазку, а еще лучше - вместо джинсов используйте комбинезон на лямках - и вы навсегда забудете о том, что когда-то ваш ребенок «светил» голой спиной.

### ***Как одеть ребенка осенью? Обувь.***

При решении проблемы, как одеть ребенка осенью, помните, что осенняя погода и слякоть неотделимы друг от друга. Поэтому вполне возможно надеть [резиновые сапоги](#). Но имейте в виду, что ноги в такой обуви не дышат, поэтому использовать ее можно не более 2-х часов в день. Чтобы резиновые сапоги, ко всему прочему, не были еще и холодными, покупайте их с утепленным войлоком, а еще лучше - со съёмными вкладышами. Самым же идеальным вариантом считаются мембранные ботинки – они прекрасно сохраняют тепло, пропускают воздух, а влагу - отталкивают.

Не забывайте и о перчатках, легком шарфике и не слишком толстой шапочке – немного заботы и вы спокойны, потому что ваш ребенок прекрасно защищен от ветра, холода и влаги.

Главное условие для защиты ваших детей и для вашего спокойствия - все вещи, которые вы надеваете на ребенка осенью, должны быть из натуральной ткани, они должны хорошо пропускать воздух, сохранять тепло и отталкивать влагу. И еще - вспомните себя, хоть ненадолго, вернитесь в детство и дайте насладиться им своим детям в полной мере!

Осенняя погода очень переменчива, поэтому тщательно готовьтесь к походу в детский сад: продумывайте, как одеть ребенка и что взять с собой.

Ничто не мешает ребенку знакомиться с прелестями осенней погоды, если одежда будет правильной и комфортной. Правильная одежда легко и быстро снимается и одевается, что позволяет развивать самостоятельность и повышает самооценку ребенка, не содержит сложных застежек и шнурков, а также соответствует погодным условиям, росту и размеру.

Одежда не должна плотно облегать тело (за исключением майки, водолазки). Во-первых, небольшая воздушная прослойка между тканью и кожей хорошо сохраняет тепло. Во-вторых, слишком тесные вещи сковывают движения дошколёнка и ухудшают кровообращение. Поэтому следите, чтобы брюки не сидели слишком плотно на бедрах, а свитера не жали под мышками.

Отдавайте предпочтение натуральным тканям. Хлопчатобумажные и шерстяные вещи теряют вид намного быстрее, чем синтетические. Однако у них есть важные преимущества: они сохраняют тепло тела и дают коже возможность дышать. В то же время синтетика создает парниковый

эффект, влага скапливается на коже и не испаряется. Из-за этого малыш может легко подхватить насморк.

***Одежда сверху должна быть трехслойной:***

***Первый слой*** - майка, футболка.

***Второй слой*** - трикотажная кофточка и легкий свитер (для активного ребенка), шерстяной свитер (для малоподвижного). Отдавайте предпочтение трикотажным кофточкам, шерстяным свитерам, без пуговиц, кнопок и молний.

Брюки из непромокаемой ткани или плотные джинсы на подкладке защитят маленького путешественника от дождя и ветра. Лучше чтобы брюки были с высокой талией или на лямках, так как дети часто приседают или наклоняются в процессе игры и часть спины (поясница) обнажается, что может привести к проблемам со здоровьем. Легкие непромокаемые штаны, надетые поверх обычных штанишек, дадут ребенку возможность свободно двигаться.

***Третий слой*** – куртка на подкладке из мягкого флисса сделает прогулку очень комфортной. Хороша осенью куртка из плотного и непромокаемого материала, что обеспечит дополнительную воздушную подушку, а также защитит от ветра и влаги.

Шапочка должна соответствовать форме головы ребенка – прикрывать лоб, уши и затылок. В шапочке из плотной натуральной ткани дошколенку не будет жарко, но у нее должны быть завязки, чтобы не было проблем с открытыми ушами.

Врачи часто повторяют родителям: кутать ребенка вредно, но руки и ноги постоянно должны быть в тепле. Дело в том, что в конечностях очень развита сеть мельчайших подкожных сосудов – капилляров, которые легко отдают тепло. Вследствие этого ступни и ладошки замерзают намного быстрее, чем другие части тела.

Поэтому важная часть осенней экипировки – обувь и варежки. Малыш никогда не промочит ноги, если вы правильно подберете обувь для сырой погоды. Не забудьте спросить у продавца, если ли у ботинок дополнительный защитный слой. Обратите внимание на верхнее покрытие. Нубук не подойдет. Натурная кожа с пропиткой – то, что нужно. Подошва должна быть утолщенный, но гибкой. Проверьте ее при покупке – согните руками. Тогда она не потрескается и обеспечит стопе физиологическое положение. Отдайте предпочтение обуви на липучках, шнурки - травма опасны, сложны и трудоемки в одевании, а молнии часто заедают и ломаются.

Резиновые сапоги в дождливую погоду незаменимы, однако, у них есть один значительный минус. Хотя по лужам в таких сапожках можно топтать, сколько душе угодно, нога в резине не дышит и сильно потеет, особенно, когда тепло. Поэтому, под резиновые сапоги необходимо надеть носки с хорошей впитываемостью, например, плотные носки из хлопка плюс шерстяные – в лужах вода далеко не теплая.

Купите также однослойные варежки – перчатки сложны в одевании. И не забудьте прикрепить их к резинке или тесемке, чтобы они не потерялись, но так чтобы их легко можно вытащить и посушить (например, на липучке).

Если ребенок склонен к частым простудам подумайте о легком шарфике, который пригодится в ветреную погоду.

Перед сборами в детский сад поинтересуйтесь прогнозом погоды. Одним из лучших решений в осенний морозец – многослойная одежда. Например, водолазка, свитерок крупной вязки, а сверху – не очень теплая куртка. То же самое касается и ног: колготки, рейтузы и брюки греют лучше и мешают меньше, чем толстые ватные штаны или зимний комбинезон с утеплителем.

У осени для нас припасено три характерные погоды: тепло и дождливо, холодно и дождливо и просто холодно. Одеть ребенка слишком тепло – не выход. Это ничуть не менее опасно, чем одеть недостаточно: дети бегают, прыгают, потеют, а потом моментально замерзают на холоде. Чтобы не дать сырости проморозить дитя, нужно надеть под обычную одежду, плотно прилегающую футболку с длинным рукавом и колготы. Верхняя одежда по-прежнему должна быть непромокаемой и не продуваемой.

Ребенку все равно, когда радоваться жизни: и летом, и зимой, и осенью малыши носятся и резвятся. Главное – обеспечить им комфорт для таких игр, не дав ни замерзнуть, ни промокнуть.

И самое главное помните, ежедневные прогулки очень важны для малыша, они укрепляют ребенка и способствуют хорошему развитию. А от того как вы одели своего ребенка зависит его настроение и самочувствие в течение дня. Сложная одежда забирает время от прогулки – умножьте 26 детей на минимум – 1 минута и получите в прогулке минус полчаса, а если два предмета одежды сложны в одевании, то это минус час свежего воздуха и игр.

Также развивайте самостоятельность своих детей – никогда не делайте за них то, что они могут сделать сами.