

## **Беседа «Не боимся мы дождей и осенних хмурых дней!»**

Быстро пролетают теплые солнечные летние деньки, вот уже заморозили 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 ребяташки 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.)

#### Выполни задание

Нарисуй: осенний лист, лужу, дождь, зонт, резиновые сапожки.