

Наступила
осень
золотая!



Одежда ребенка для детского сада

Детский сад - первое место в жизни ребенка, где он будет находиться без мамы, достаточно долгое время. Поэтому задача мамы - предусмотреть все возможные ситуации и помочь малышу и воспитателю преодолеть все неожиданности, которые могут возникнуть во время нахождения ребенка в садике.

Все вещи, которые Вы надеваете или отдаете для ребенка в детский садик, должны отвечать следующим критериям.

- Ребенку должно быть в них удобно.
- Должны легко стираться.
- Должны красиво выглядеть.

Какую же одежду необходимо приготовить ребенку для повседневной носки?

Для маленьких мальчиков



- майка (по желанию);
- футболка (или поло);
- джемпер с рукавами или бадлон (водолазка) желательно, хлопчатобумажный (х/б) или хотя бы на 50% х/б;
- колготки - желательно, х/б или 50% х/б;
- шорты (бриджи), желательно "на резинке", а не с пуговицей, идеальная длина шорт - по колено или чуть короче.

Для маленьких девочек

- майка или футболка;
- джемпер с рукавами или бадлон (водолазка) - желательно, х/б или 50% х/б;
- колготки - желательно, х/б или 50% х/б;
- сарафан или юбка на резинке - желательно без пуговиц и молний.

Такая форма одежды позволит малышам легко переодеться на прогулку.



Профилактика гриппа и вирусных заболеваний

Осень – сезон холодных дождей и ветров, у ребенка часто совпадает с адаптацией после отдыха на даче или у моря к детскому саду и, увы, с простудными заболеваниями.

Основные причины того, что ребенок становится часто болеющим, давно известны:

Контакты. Чем больше дети общаются с другими детьми, тем чаще они «подхватывают» инфекции. Если у вас нет возможности побыть с ребёнком дома, то хотя бы во время эпидемий не посещать с ним места скопления людей (магазины, кинотеатры и театры, общественный транспорт).

Вот элементарные правила, которые должны войти в привычку родителей чьи дети, посещают детский сад:

* Перед выходом на улицу смажьте слизистую носа ребенка мазью Виферон или оксолиновой мазью.

* После того как вы привели домой, промойте носик малышу любым солевым раствором (Акваларис, Физиомер). Можно просто раствор морской соли (1 ч.л. на стакан воды) закапать ребенку в нос. Старшим детям, начиная с трех-четырёх-летнего возраста, можно солевым раствором прополоскать горло. Этим Вы механически вымываете возможные вирусы из носоглотки.

* Если Вы или кто-то из вашего окружения заболел – не поленитесь надеть на себя (или другого заболевшего) марлевую маску. Еще лучше, если это возможно – вообще изолировать ребенка от заболевшего человека.

* Максимальное пребывание на свежем воздухе, помогает укрепить иммунитет ребёнка.

* И, наконец, вакцинация. Во-первых – против гемофильной инфекции. Во-вторых – прививка от гриппа. Эта прививка показана, прежде всего, тем детям, у которых грипп, скорее всего будет протекать с



Наблюдаем за природой

Вот и закончилось лето. Вы привели своего подросшего и окрепшего малыша в детский сад, но ваши ежедневные прогулки с ним продолжаются.

- Обратите внимание на то, что с наступлением осени становится холоднее, солнышко уже не греет так, как летом, чаще дует холодный ветер, идет дождь. Одежда стала более теплой и на смену футболке пришла куртка. Для определения силы ветра предложите ребенку поиграть с вращушкой, рассмотреть, как качаются ветки деревьев.
- Обращайте внимание ребенка на то, как меняются растения: начинает желтеть трава, отцветают цветы, появились первые желтые и красные листики на деревьях. Объясните, что начинается листопад. Понаблюдайте за тем, как кружатся в воздухе разноцветные листья.
- Предложите ребенку изобразить, как кружатся в воздухе листочки. Соберите букет из осенних листьев, засушите, и поставьте его дома.
- Во время прогулки обратите внимание на то, что не слышно птичьего пения. Расскажите ребенку, что многие птицы уже улетели в теплые края, а другие готовятся к отлету. Если есть возможность, покажите стаю улетающих на юг птиц. Объясните, что птицы улетаю, потому что стало холодно, исчезли насекомые, которыми они питались. Расскажите, что весной эти птицы вернуться к нам. Не зря их называют перелетными. К середине осени организуйте подкормку птиц.



Стихи про осень

Сентябрь

Ясным утром сентября
Хлеб молотят села,
Мчатся птицы за моря -
И открылась школа.



Октябрь

В октябре, в октябре
Частый дождик на дворе.
На лугах мертва трава,
Замолчал кузнечик,
Заготовлены дрова
На зиму для печек.

Ноябрь

Чёрный лес
Неотразимый
Прорисован до корней,
За ноябрьским предзимьем
Снега ждёт душа скорей.
За угрюмыми ночами
Белых плясок хоровод,
За терпенье и печали
Долгожданный Новый год!

