**В сентябре.**

**Наблюдение за падающими листьями, за дождём, за солнышком.**

**Дид/игры**: «Найди желтый листочек», «Соберем красивый букет из листьев» «Собираем овощи»

**Физкультминутка « Листья»**

*Листья осенние тихо кружатся, (кружатся на цыпочках, руки в стороны.)*

*Листья нам под ноги ложатся (приседают.)*

*И под ногами шуршат, шелестят, (движения руками вправо - влево.)*

*Будто опять закружиться хотят (поднимаются, кружатся.)*

**Лепка**«Дождик»

**Рисование** «Раскрась листок»

Рассматривание иллюстраций на тему «Осень»

Подвижная игра«Лохматый пес»

Инсценировка «Курочка-рябушечка»,

**Поучите дома**

«Дождик, дождик кап да кап.

Мокрые дорожки.

Нам нельзя идти гулять

Мы промочим ножки»

**Пальчиковая игра**

«Этот пальчик бабушка.

Этот пальчик дедушка,

Этот пальчик папочка,

Этот пальчик мамочка.

Этот пальчик я-

Вот и вся моя семья!

**Поиграйте с ребёнком!**

**Упражнение «Дышим животиком»**

**(упражнение выполняется лежа)**

Бегемотики лежали,

Бегемотики дышали.

То животик поднимается (*Вдох)*

То животик опускается (*Выдох)*

Сели бегемотики.

Потрогали животики:

То животик поднимается (*Вдох)*

то животик опускается (*Выдох)*

Работа диафрагмы должна восприниматься ребенком и зрительно, и тактильно. Положим на живот игрушку и посмотрим, как она поднимается, когда мы делаем вдох, и опускается, когда мы делаем выдох.

Качаем рыбку на волне,

То вверх (*вдох)*

То вниз (*выдох)*

Плывет по мне.

Брюшное дыхание противострессовое, оно способствует уменьшению тревоги, возбуждения, вспышек отрицательных эмоций, повышает тонус блуждающего нерва (основного звена парасимпатической нервной системы),приводит к общему расслаблению. Срабатывает универсальный защитный механизм, заложенный природой в нашей нервной системе: замедление ритма различных физиологических и психических процессов способствует достижению более спокойного и уравновешенного состояния. Такое дыхание поможет ребенку быстрее уснуть после разнообразных ярких впечатлений, полученных в течении дня.

***Игра «Рисунки на песке»***

**Цель:** развитие тактильной чувствительности, визуализация понятия «Я».

**Оборудование:** цветные пластиковые подносы, манная крупа.

Давайте вспомним одну из самых любимых игр-занятий нашего детства. Когда на улице становилось тепло, детвора собиралась в песочнице. Создадим свою маленькую песочницу с белым» песком» (манной крупой). Можно насыпать ее горкой и разгладить. По песочку пробежится стадо лошадей, проскачут зайчики, протопают слоники, покапает дождик. Его согреют солнечные лучи, и на нем появится рисунок. А какой рисунок, вам подскажет ребенок, который с удовольствием включится в игру. Почему дети любят играть в песке? Песок помогает расслабиться: руки зарывают в песок-это приятные тактильные ощущения; песок медленно сыпется - это зрительно завораживает; из песка можно построить что угодно, все, что хочется-быстрые изменения, превращения отвлекают от переживаний. А в целом играть с песком просто интересно. Полезно выполнять движения двумя руками, это помогает синхронизировать деятельность обоих полушарий головного мозга, стимулирует развитие логического мышления, отвечающего за речевое развитие левого полушария, и интуитивного, эмоционального правого полушария.

**Игра «Колючий ежик»**

**Цель:** развитие мелкой моторики и координации движений, стимуляции речевой активности.

**Оборудование:** массажный мяч.

Самомассаж оказывает на организм благотворное воздействие. Обучение приемам происходит в игре. На вашей ладони появляется необычный шарик. Вместе вы внимательно рассматриваете его. Оказывается, он похож на ежика. Аккуратно кладете шарик на ладонь ребенка, прокатываете его по каждому пальчику, начиная с большого пальца ведущей руки, и чуть дольше задерживаетесь на подушечке каждого пальца. Массирующие движения следует выполнять в направлении от периферии к центру. Действия сопровождайте стихами

Дай ладошечку, моя крошечка

Я поглажу тебя по ладошечке.

Ходит-бродит вдоль дорожек

Весь в колючках серый ежик,

Ищет ягодки-грибочки

Для сыночка и для дочки.

Самомассаж кисти развивает мускулатуру пальцев рук, рефлекторно стимулирует соответствующие зоны коры головного мозга, помогает нормализовать состояние нервной системы, оказывая наряду с успокаивающим еще и общеоздоровительный эффект. Как слайды проецируются на экран так и все части нашего тела имеют свою проекцию в коре головного мозга. Только эти проекции непропорциональны. Площадь, занимаемая проекционной зоной кисти, гораздо больше той, что отведена для другой части тела. Воздействие на кисти рук оказывает, в свою очередь, воздействие на состояние мозга, а соответственно, и на общее состояние организма.

***Рекомендации родителям для успешной адаптации к детскому саду***

Процесс привыкания к новому периоду в жизни ребенка довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем организма, а так как адаптивные возможности малыша ограничены, резкий переход в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению психофизического темпа развития.

Необходим плавный, грамотный переход малыша из семьи в детский сад.

В силу своего возраста ребенок не может анализировать, что с ним происходит в данной ситуации, он не может понять слова родителей о том, что им нужно на работу, а он должен тоже «поработать» в детском саду. Малыша даже не подкупает обещание купить ему игрушку или сладости.

У ребенка другое мировоззрение, он считает, что если его мама и папа оставили в детском саду, то они его никогда уже не заберут. Вот почему ребенок в течении первых дней постоянно спрашивает воспитателя, да и других специалистов, заходящих в группу, «А моя мама придет?»

Новое место, а именно детский сад, группа, вызывают у ребенка страх. Его пугает все новое. И адаптация у каждого малыша проходит по разному. Это зависит от того,  как родители подготовили его к новому периоду жизни.  Кто-то из родителей не подумав как-то обронил фразу, когда ребенок шалил, баловался дома, не хотел одеваться сам: «Вот пойдешь в детский сад, там тебя научат! Никто тебя не будет там одевать!»  И ребенок запомнил эти слова и стал вовсе бояться идти в новое место, ведь там кто-то «злой» будет учить его, требовать от него послушания.

Очень многие моменты, при подготовке ребенка к детскому саду, влияют на его успешное привыкание к новому коллективу:

• Готовя ребенка к посещению детского учреждения нужно соблюдать режим дня, максимально приближенный к детскому саду, научить малыша самостоятельно кушать, одеваться, обслуживать себя. Так он будет более комфортно себя чувствовать.

• Заранее познакомиться с педагогом, который будет у ребенка, рассказать о индивидуальных способностях ребенка, о трудностях, о состоянии здоровья ребенка.

• Привыкание к детскому саду должно быть постепенным, первые дни не более 2-3 часов в день, а затем увеличивать время пребывания.

• Можно первые дни приводить ребенка только на прогулку, там ребенку будет легче познакомиться с детьми, воспитателем, обстановка на участке более приближена к той, в которой привык гулять малыш (двор своего дома).

• До поступления в детский сад нужно дома постоянно рассказывать малышу как интересно в детском саду, как там весело, что он найдет там себе друзей, что воспитательница будет его любить и играть с ним.

• В первый день посещения, можно маме пройти с ребенком в группу, подойти вместе с ним к игрушкам, рассмотреть их, поиграть.  Нужно восхищаться, что у него в группе много всего интересного.

• Можно принести из дома любимую игрушку ребенка, чтоб он не чувствовал себя одиноко, чтоб частичка чего-то родного была рядом.  Родители должны постоянно говорить ребенку о своих чувствах к нему, о том, как они его любят и как скучают по нему. Ребенок так будет чувствовать себя более уверенно и комфортно.

• В первые дни можно приходить с ребенком на вечернюю прогулку, чтоб малыш видел, как забирают других детей родители, как многие дети не хотят вечером идти домой, им жаль расставаться с друзьями.

• Каждый ребенок больше привязан к одному из родителей.  И утром, желательно, чтоб в детский сад приводил малыша тот из родителей, с кем ребенок расстается более спокойно.

• Чтоб ребенок легко привык к детскому саду, родителям нужно заранее побеспокоиться об этом: задолго до посещения детского коллектива малыша нужно приучать общаться со сверстниками во дворе, в песочнице, ходить в зоопарк, театр, устраивать малышу дни рождения, с приглашением детей. Так ребенок научится играть в коллективе, делиться игрушками, общаться с детьми.

• При ребенке не допускать разговоров о том, как родители боятся отдавать его в детский сад, как беспокоятся о том, какой педагог им попадется.  Родители должны быть максимально сами спокойны, ребенок это будет чувствовать.

• Необходимо доверять сотрудникам детского сада!  Малыш большую часть своего времени будет проводить в стенах детского сада и воспитатель станет его «второй мамой».  У родителей и педагога должно быть полное доверие и взаимопонимание!

Процесс привыкания к дошкольному учреждению довольно длительный и связан со значительным напряжением всех физиологических систем детского организма, а так как адаптивные возможности ребенка ограничены, резкий переход в новую социальную ситуацию и длительное пребывание в стрессовом состоянии могут привести к эмоциональным нарушениям или замедлению психофизического темпа развития.