

Осень не часто радует нас солнечными деньками, но ненастье — не повод оставлять ребенка в выходной день без свежего воздуха. Если на улице не льет дождь, то одеваем малыша и отправляемся на прогулку.

Чтобы вы и кроха чувствовали себе спокойно, не боясь испачкать одежду, для прогулок в сырую погоду лучше приобрести одежду, которая легко стирается.

Конечно, самым лучшим местом для прогулок с детьми будет парк или лес, но если вы опасаетесь, что погода может внезапно испортится, то от дома лучше не отходить далеко. Если нет поблизости детской площадки, то выберите любое сухое место. Занять ребенка в возрасте 4-5 лет совсем не сложно, если подготовиться к прогулке.

Что брать с собой на прогулку с детьми осенью?

* Если земля сухая или можно найти асфальт, то обязательно берите мяч.
* Ведерко  и лопатка  — даже если вы не будете копаться в песке, они вам пригодится.
* Машина на веревочке. Это может быть самосвал, или любой другой игрушечный транспорт.
* Цветные мелки. Всегда можно найти сухой асфальт, чтобы порисовать.

Во что играть  с детьми на улице осенью?

**1. Автогонки**

Начертите мелом на асфальте дорогу — лабиринт, пусть малыш потренируется в экстремальном вождении своего транспорта на этой дороге. Если машины две — то вы можете посоревноваться — чья машина придет к финишу первой и ни разу не перевернется.

**2. Используем природный материал**

Соберите в ведерко сухих веточек, листьев, если вам попадутся шишки или другой природный материал, еще лучше. Из всего это можно выкладывать на асфальте целые картины. Например, вы нарисуете мелом забавную рожицу, а туловище выложите из листьев и веточек.

Из веточек можно сложить кораблик или машинку.

**3. Игры с мячом**

Наверняка у вашего малыша уже есть любимые игры с мячом. Можно придумать что-то новенькое.

Например, напольный баскетбол. У вас должны быть ведро и мяч, который в него легко помещается. Сначала ставите мяч на 5 шагов и учитесь попадать в него с этого расстояния, затем ведро отодвигается все дальше и дальше, а ребенок тренирует свой глазомер и координацию движений. Чтобы игра была увлекательной, поставьте задачу — например, за 10 попаданий — приз шоколадка, за 5 — конфета и т.п.

Другая увлекательная подвижная игра с мячом — поймай мяч в ведро. Малыш берет в руки ведерко, а вы мяч. Вы бросаете мяч, а ребенок его ловит ведром.  Очень весело. Не забудьте поменяться с ребенком ролям — покажите как вы умеете ловко ловить мяч в ведро.

Возможно, осенью не погуляешь слишком долго, но тем не менее эта прогулка должны быть интересной и насыщенной, и лучше всего для этого подойдут подвижные игры на свежем воздухе