

Как организовать прогулку зимой

Дорогие родители!

Дети очень любят зиму, особенно им нравятся различные зимние игры и забавы.

Зимой, как и в теплое время года, ребенку важно бывать на свежем воздухе. Активный отдых - это важная составляющая переохлаждений и заболеваний. Ребенку необходимо двигаться, для чего нужна удобная (не стесняющая движений) одежда и обувь.

Итак, берите санки, и на горку. Общеизвестное зимнее развлечение детей с самого младшего возраста. Ребенок может всю прогулку увлеченно заниматься только одними санками - не только кататься с горки, но и бегать с ними, толкать, возить кого-либо и др. Но прежде чем разрешить детям первый спуск, убедитесь, что снег достаточно плотным слоем покрыт склон и на нём нет посторонних предметов (камней, пней, а так же ям и т. д.). Если ваш ребёнок боится спуска на высокой скорости, не принуждайте его. Для первых спусков и развлечений на санках достаточно небольших горок. Я рекомендую Вам самим покататься с детьми, это вызовет у них большую радость, и позволяйте ребенку самому за верёвочку привезти санки на верх склона.

На прогулке с ребёнком можно заняться не только подвижными играми, но и развитием наблюдательности, внимания, умения ориентироваться.

Подойдут, например, такие игры-упражнения:

Снежки

Ребёнок вместе с родителем лепит снежки и старается попасть в цель (ящик, коробка и т.п.).

Шагай шире

Расстояние между двумя линиями 3-4 м. Необходимо быстрее дойти до противоположной черты, делая широкие шаги. Вместо широких шагов можно передвигаться и прыжками.

Катание на санках с горы

На середине ската горы на высоте вытянутой руки ребенка укрепляется веревка. На эту веревку вешается колокольчик или цветные ленты. Проезжая на санках, ребенок звонит в колокольчик или снимает ленты. Можно дать такое задание: во время скатывания с горки бросить снежок в ящик, стоящий сбоку.

Кто выше подбросит снежок

Предложить ребёнку слепить снежки и подбрасывать их как можно выше, чтобы заинтересовать малыша, посоревнуйтесь с ним.

След в след

Ходьба по следам. Предложите ребёнку походить за вами по сугробам (делайте маленькие шажки, выбирайте не очень глубокие сугробы)

Ледяные игрушки

Для этого нам потребуется совсем немного: формочки для песка, вода, нитки и гуашь:

-налить воду в формочки и подкрасить ее в разные цвета гуашью (эту часть работы можно сделать вместе с ребёнком);

-нарезать нитку на небольшие равные отрезки и, сложив пополам, опустить концами в формочки так, чтобы замерзшие фигурки можно было повесить;

-поставить формочки в морозильную камеру, ждать.

После того как вода замерзнет, ледяные фигурки достаются из формочек. Полученными ледяными игрушками можно украсить кустик или ёлочку в парке или в лесу.

Общение с птицами

Для того чтобы наблюдать за птицами, сделайте кормушку своими руками. Вместе с ребёнком повесьте её в парке (желательно заранее приметить место, куда часто слетаются птички) и насыпьте корм (крошки хлеба, семечки, крупу). Расскажите детям о важности помощи птицам в зимнее время года. Малыш будет в восторге, когда в следующий раз, придя в парк, он увидит птичек в своей кормушке.



**Уважаемые родители, желаем
вам приятного
времяпровождения со своими
детьми. Надеемся, что наши
рекомендации помогут Вам!**