



# Консультация для родителей



## «Особенности прогулки в зимний период. Зимние забавы»



Зима – неповторимо красивое время года. Для наших детей зима – долгожданная и любимая пора. Они знают: как только выпадает снег, на многих детских площадках появляются снежные горки, снеговики и другие сказочные персонажи, вылепленные из снега. Можно ли описать радость детей? А чистый зимний чистый воздух очень полезен ребенку. Но необходимо следить за тем, чтобы он не простудился.





У детей, как и у взрослых, одежда должна быть теплой, но легкой. Шерстяные или эластичные брюки (более узкие к низу).

Шерстяной свитер (плохо, если он облегает тело плотно, - под ним нет тогда воздушной прослойки).

Поверх свитера – куртка из влагонепроницаемой ткани (к такой куртке не прилипает снег, её не продувает ветер). Белье – хлопчатобумажное или шерстяное – в зависимости от температуры воздуха.



А чтобы холод принес пользу и не помешал детям получить удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом. Необходимо лишь следить за тем, чтобы более интенсивные движения сменялись более спокойными.

Как организовать зимние прогулки и сделать их наиболее интересными и полезными для детей?

Попробуйте поиграть в специальные игры, забавы, подходящие для зимних условий.





Дети с удовольствием сооружают на участке снежную горку, лесенку, дугу – воротца, стенку-мишень. Они очень любят подвижные игры со снегом, катание на санках и различные забавы на прогулках, с удовольствием выполняют предложенные взрослыми упражнения, и игры эстафеты. Играя и упражняясь зимой на улице, дети получают возможность проявлять смелость, ловкость, сноровку и самостоятельность.



## **Снежки**

Дети лепят снежки и стараются попасть друг в друга. Можно разделить детей на две команды.

Выбывает из игры тот, в кого попадут снежком. Выигрывает та команда, у которой останется больше игроков.

## **Попади в лунку**

Взрослый делает в снегу несколько лунок, каждому ребенку дает мешочек с шариками. За установленное время дети забрасывают в лунку как можно больше шариков, затем подсчитывают итог.





## **Кто быстрее слепит снеговика**

Дети разбиваются на пары, и каждая пара получает задание слепить снеговика. Выигрывает та пара, которая быстрее закончит работу.

## **Кто выше подбросит снежок**

В игре принимают участие все дети. По команде дети начинают лепить снежки и подбрасывать их. Каждый выполняет задание 3 раза. Побеждает тот, кто все три раза подбросит снежок выше всех.



После активного движения  
необходим небольшой отдых.  
В это время можно предложить  
отгадать загадки о зиме:

Крыша в шапке меховой,  
Белый дым над головой,  
Двор в снегу, в снегу дома,  
Ночью к нам пришла... (Зима).

Какой это мастер  
На стекла нанес  
И листья, и травы,  
И заросли роз? (Мороз).

Он в берлоге спит зимой  
Под большой сосной,  
А когда придет весна,  
Он проснется ото сна. (Медведь)

Скатерть бела,  
весь свет одела? (Снег)





## Бабочка

Дети очень любят валяться в пушистом снегу. Так не отказывайте ему в этом удовольствии! Для этого ребенку надо упасть на спину в снег и начать быстро-быстро двигать руками и ногами, как будто бы он летит. Встав со снега, ребенок увидит след, похожий на бабочку. Различных других существ можно изобразить, приняв другие позы, лежа в снегу. Например, если лечь на бок и по-особому выгнуть руку, след будет похож на слона с хоботом.

Другие образы Вы можете придумать сами.



В народе говорили: «Подкорми птиц зимою — послужат тебе весною». Наблюдение за жизнью пернатых, рассказы о том, из чего они строят гнезда, как высиживают птенцов, где зимуют и чем питаются, — подчас становятся открытием не только для ребенка, но и для взрослого горожанина. Не забывайте почистить кормушки и положить крошки хлеба, семечки, для детей это не только увлекательная игра, но и настоящий урок доброты!





Когда ребенок на улице занят активными действиями, то продолжительность прогулки может быть увеличена. Согласитесь, что родители, играя вместе с ребенком в подвижные игры на свежем воздухе, не заметят, как быстро прошло время, да и не замерзнут, так как им не придется стоять на месте, наблюдая, как играет их любимое чадо



## Но необходимо запомнить некоторые правила при прогулке с детьми:

- ❖ не предлагайте игр и забав, где нужно долго и интенсивно бегать (чтобы дети не вспотели);
- ❖ в игре не должно быть трудновыполнимых движений;
- ❖ игры со снегом следует проводить в тёплую погоду, когда снег мягкий;
- ❖ для игр со снегом рекомендуются непромокаемые варежки;
- ❖ зимние игры, забавы, развлечения проводятся на утрямбованной площадке

Постарайтесь, чтобы и ваши дети  
получали удовольствие от зимы!!!

