«Зимняя прогулка с детьми»

Консультация для родителей

Подготовила Лукьянчук И.Г.
декабрь 2020 год

С наступлением зимних холодов многие родители не знают, чем занять своего ребенка в свободное время. Ведь летом дети могли гулять и играть на улице с утра до вечера, погостить у бабушки с дедушкой или съездить в лагерь.

На самом деле зимний период можно провести интересно, с пользой для здоровья и развития ребёнка! Не секрет, что для физического развития, укрепления организма детям необходимо как можно больше времени проводить на свежем воздухе. И зима — не исключение из этого правила! Активные игры на свежем воздухе не только полезны для здоровья, но и проходят намного веселее. Прогулка в погожий зимний снежный день может принести огромное удовольствие малышу. Зимние игры на свежем воздухе, помимо того, что интересны, могут стать еще и очень веселым занятием.

Подберите специальные игры, задания, забавы, подходящие для зимних условий. Ведь только зимой есть снег, лед, ледяные дорожки! Не упускайте возможность использовать снежные постройки: горки, ледяные дорожки, валы, лыжные трассы.

Обратите внимание на то, чтобы дети были вовлечены в игру: она не только развивает и воспитывает, но и согревает в холодный день.

Итак, для зимних игр и забав необходимы следующие условия:

не предлагайте игр, где нужно долго и интенсивно бегать, чтобы дети не вспотели (для бега нужно ограничивать пространство);

в игре не должно быть трудновыполнимых движений (например, прыжков через скакалку, препятствия, в высоту; гимнастических упражнений и др.);

игры со снегом следует проводить в теплую погоду, когда снег мягкий;
для игр со снегом рекомендуются непромокаемые варежки.

Что пригодится на зимней прогулке?

санки; ледянка;

коврик (под попку малыша незаменим, если ребенок захочет присесть или встать на колени);

ведерко;

лопата и совочки;
формочки;
машинка-самосвал;
мячик; кисточки,
краски;

разный бросовый материал (крышки от пластмассовых бутылок разного цвета, скорлупки от орехов, кусочки ненужной ткани, использованные фломастеры, трубочки для коктейлей и др.) Выходя с ребенком на прогулку, не надо забывать брать с собой игрушки. Все игрушки должны быть пластмассовыми, без дырочек и легко мыться. Также можно захватить немного хлеба или семечек. В парке малыш сможет покормить птичек, а если повезет, то и белочку.

В играх и забавах ребенок может долго находиться на свежем воздухе, не уставая. В силах родителей сделать его зимний отдых интересней, приятней и увлекательней.

Итак, чем можно заняться с ребенком на улице зимой?

Снеговик. Обязательно нужно слепить снеговика. Чтобы он был красивый можно захватить из дома побольше атрибутов (шапочку или ведерко, шарф, морковку, краски, новогоднюю мишуру). А вместо обычного можно слепить снеговика вверх ногами, слепить семью снеговиков – папу, маму и малыша – снеговичка.

Снеговики

Снежные фигуры. Кроме стандартного снеговика можно лепить и разные фигуры, зайчиков и котиков, дед Морозов и снегурочек, гусениц и черепах. В общем, все что угодно. А украсить можно теми же красками или формочками, крышечками от пластмассовых бутылок разного размера и цвета – красного, синего, зеленого, желтого и др.

Куличики. Не прячьте далеко летний набор своего малыша. Ведерко, лопатка, формочки и грабельки пригодятся и зимой. Куличики из снега получаются ничуть не хуже чем из песка. И их можно еще и раскрасить и

украсить различными материалами – скорлупой от орехов, крышечками от пластмассовых бутылок разного размера и цвет, замороженными заранее ледяными разноцветными фигурками, вместо свечек можно поставить использованные разноцветные фломастеры трубочки для коктейлей и др.

Праздничный торт. Уплотняя снег лопаточкой и придавая ему необходимую форму, дети изготовляют большой праздничный торт, квадратный, круглый или другой формы, украшают его цветными льдинками.

Ледяные кружева. Взрослый заранее вместе с детьми готовит разноцветные льдинки — синие, красные, зеленые, желтые и др. Из них дети на утоптанном снегу выкладывают разноцветные мозаики, узоры. Потом они выясняют, у кого получился самый интересный и красивый рисунок.

Крепость. Из снега можно построить снежную крепость, а потом с ней замечательно играть — брать штурмом, прятаться и др.

Катание с горки. На пологом склоне малыш тренируется кататься на санках. Мама учит его правильно направлять санки с горки. Для самостоятельных поездок малыша нужно выбирать пологие горки, где нет большого скопления детей, чтобы ребенка никто не испугал и не ударил. Мама должна внимательно следить за тем, как ребенок катается. Барьеры. Мама лопатой собирает снег и превращает его в барьеры различной величины. Малыш быстро перебирается через все барьеры, не задев их.

Скати с горочки. Мама сооружает небольшую, но крутую горку и делает несколько плотных снежков. Малыш должен скатить с горки все снежки по очереди, не упустить, не уронить и не раздавить ни одного.

Следопыт. Мама идет по чистому снегу. Затем по ее следам идет ребенок.

Его задача — попасть след в след.

Ребенок отгадывает, кому или чему принадлежит след, оставленный на снегу.

Снежные ангелы. Покажите малышам, как можно упасть в снег, помахать руками и ногами и аккуратно встать. А потом вместе посмотреть на получившиеся шедевры.

Дорожки и лабиринты. Найти нетронутый снег и вытоптать дорожки, они могут быть короткими и длинными, прямыми и извилистыми. А еще можно сделать настоящие лабиринты.

Попади в цель. Целью может быть дерево, или нарисованная цель на заборе. Налепите снежков, а потом учитесь вместе бросать их в цель. Только не забывайте, что для начала ребенку нужно давать не очень сложное задание.

Рисунки на снегу. Для этого нужно заранее приготовить бутылочки с пробками, в которых проделана дырочка и заполнить их водой, в которой разведены акварельные краски. Можно разрисовать снеговиков, крепости, или просто рисовать разноцветные дорожки, радугу, салют и др.

Рисовать можно и просто палочкой на снегу – все что придумаете с малышом, все что видите вокруг, все, что захочет ваш малыш.

Замороженные воздушные шары. Можно наполнить воздушные шары заранее дома водой и вынести их на улицу, выложить на детской площадке в виде дорожек, волнистых линий и геометрических фигур и др. Такие шары долго могут лежать разноцветной россыпью на участке и радовать вашего малыша.

С кочки на кочку. Мама чертит на снегу круги диаметром 30-40 сантиметров. Расстояние между кругами — 40-50 сантиметров. Малыш выступает в роли лягушонка. Ему надо прыгать с кочки на кочку (то есть из круга

в круг), стараясь побыстрее перебраться с первой кочки на последнюю. Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, согнув ноги в коленях, затем прыжок.

Сбеги с горочки. Мама предлагает ребенку забраться на небольшую горку с пологим склоном, а потом медленно сбежать вниз, к ней в руки.

Меткий стрелок. Вместе с малышом мама делает куличики из снега, выстраивает их в ряд, помещает друг на друга. Мама учит малыша лепить снежки, предлагает снежком сбить нужный куличик. Мама должна показывать пример своему ребенку. Вместе с ним кидать снежки и стараться попасть в цель. Следует требовать от малыша настойчивости, не разрешать сбивать куличики руками.

Забавные игры

Родители берут малыша за руку, под слова игры шагают по снежным сугробам и весело падают в них.

Мы шагаем по сугробам, Поднимаем выше ногу, Топ-топ, топ-топ,
Бух! Упали все в сугроб!

Берегись, заморожу. Все играющие собираются на одной стороне площадки. «Убегайте, берегитесь, догоню и заморожу!», — говорит взрослый. Дети бегут к противоположной стороне площадки, чтобы спрятаться в «доме».

Снежинки и ветер. Скажите детям, что в этой игре они будут снежинками. Дети собираются в кружок и берутся за руки. По сигналу взрослого: «Ветер задул сильный, сильный. Разлетайтесь, снежинки!» — разбегаются в разных направлениях по площадке, расправляют руки в стороны, покачиваются, кружатся. Взрослый говорит: «Ветер стих! Возвращайтесь, снежинки, в кружок!» Дети сбегаются в кружок и берутся за руки.

Найди Снегурочку. Нарядите куклу Снегурочкой и спрячьте ее на участке так, чтобы никто из детей не знал об этом. Во время прогулки скажите детям о том, что сегодня к ним обещала прийти в гости Снегурочка, она хочет поиграть и поплясать с ними. Наверное, она уже пришла и спряталась от ребят, чтобы они ее поискали. Найдя Снегурочку, дети водят хороводы с ней, приплясывают, кружатся парами.