

«Зимние забавы» (рекомендации для родителей)

Зима - замечательное, волшебное время, которое для многих взрослых и детей остается самым любимым! С наступлением зимы в душе возникают особые чувства и желание провести это время весело и радостно. Ощущение праздника и тепла дают тот заряд энергии, который сохраняет настроение на высоте.

Прогулка - это источник новых интересных впечатлений и ярких эмоций. Зимняя прогулка... Что может быть прекраснее? Сколько радости и удовольствия доставляют детям игры в снежки, катание на лыжах, на санках, плюшках и ледянках!

Существуют традиционные зимние развлечения: постройка «снежных крепостей», «городов», различных скульптур из снега, снежные бои и т.д.

Если вы продумаете игры на прогулке с малышом заранее, то после прогулки ребенок будет чувствовать себя активным и веселым, обязательно узнает много нового, а вы разделите радость игры со своим ребенком.

Чтобы вам было проще, а деткам интереснее на прогулке, мы предлагаем несколько вариантов зимних игр, которые будут очень интересны как ребенку так и его родителям, одновременно развивая у него ловкость, выносливость.

Эти игры не требуют большого количества времени, каких-то незапланированных затрат или определенных умений. Вот несколько простых идей подвижных игр на свежем воздухе, которые помогут вам приятно провести с детьми предстоящие новогодние каникулы. Так что собирайтесь с детьми на прогулку для того, чтобы пережить несколько памятных моментов!

На морозе необходимо постоянно двигаться. Делать это можно разными способами. Подойдут:

Ходьба и бег спинами друг к другу.

Парный бег (взявшись за руки).

Быстрая ходьба с подниманием предметов.

Бег вперед спиной.

Следопыты.

Дети любят рассматривать собственные следы на свежеснежившем снегу. Не поленитесь найти в интернете информацию о том, как выглядят следы разных животных и птиц. После этого отправляйтесь в лес или парк и попробуйте отыскать и расшифровать следы какой-нибудь живности.

Попади в цель.

Наберите снега и слепите из него снежки. Подготовьте цель – ею может быть дерево или круг в снегу. Пусть ребенок метко попадает в цель.

Пятнашки.

Попытайтесь идти след в след друг за другом таким образом, чтобы сначала Ваш ребенок наступал на ваши, а затем вы на его следы. Если вы гуляете в целой компании неугомонных ребятишек, организуйте с ними парад!

Поиски клада.

Взрослый прячет в снег какую – то игрушку, стрелочками показывает направление движения, а ребенок, вооружившись лопаткой, этот клад ищет. В завершении кладоискатель получает приз.

Положительный эмоциональный настрой является важной предпосылкой здоровья, предупреждает различные заболевания, поддерживает интерес к физическим упражнениям, к прогулке. Используйте наши варианты и придумывайте свои.

Материал подготовила Л.К.Селиванова, воспитатель подготовительной группы компенсирующей направленности.