

## **Почему родители мало гуляют с детьми на улице?**

Современные дети отличаются от ребят других поколений тем, что не очень любят гулять. Подвижные игры на свежем воздухе не в моде.

***По какой причине дети игнорируют прогулки? Почему родители не видят в этом особой проблемы?***

Десятилетиями люди жили, руководствуясь лозунгом "Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья". Родители в обязательном порядке отправляли отпрысков гулять после школы, да и детей не надо было упрашивать побегать во дворе. Самым страшным наказанием, по словам людей старшего возраста, был запрет на прогулку. Как-то незаметно в последние годы ситуация стала меняться.

***Теперь лучшими друзьями детей стали планшет, диван и фастфуд.***

Спортивные наставники сетуют, что современные ребята менее выносливые, чем их сверстники десять-пятнадцать лет назад. Связывают это с тем, что дети отказались от традиционных уличных ребячьих забав – перестали играть в салочки и догонялки, лазать по деревьям, подтягиваться на турниках

Родители – приветливые, доброжелательные люди, нежно заботятся о своих детях. Папа работает, мама сидит с ребятами, причем делает это в буквальном смысле слова. В этой семье не принято гулять с детьми. Ежедневный досуг сводится к детской беготне по квартире и просмотру мультфильмов. К счастью, дети периодически посещают сад, где карапузов в обязательном порядке выводят на прогулку. Дети фактически с рождения растут в четырех стенах, лишь иногда высовываются носом на улицу. Периодически их выводят из дома, чтобы отвезти на машине в гости или на плановое посещение поликлиники. Изредка они ненадолго выходят на ближайшую детскую площадку. Судя по всему, эти дети и сами потом не будут проявлять интереса к полноценным прогулкам – с беготней, прятками и салками. Они просто не знают, что это такое. Мир с его бесконечной переменчивостью и удивительными открытиями остается для них за окном. Между тем педиатры с первых дней появления младенцев на свет твердят мамам о том, что с детьми нужно гулять как можно чаще и дольше. Сон в коляске на свежем воздухе повышает иммунитет, подвижные игры укрепляют здоровье. Но не только физическая активность играет роль. Прогулки на природе, общение со сверстниками помогают ребятам постигать мир, расширяют горизонт сознания.

Каждый ребенок должен гулять по усыпанным золотой листвой аллеям, валяться в снегу, пускать кораблики в первых весенних ручьях, клеить на нос крылышки семян клена и с упоением возиться в песочнице.

Родители знают, сколько положительных эмоций получает малыш, когда мама впервые прикладывает его ладошки к шершавой коре дерева, дает потрогать молодую траву, посмотреть на плывущие по небу облака или поднять с дороги понравившийся камешек.

Эти маленькие открытия никогда не сравнятся с новомодными "развивашками". Они живые, настоящие и никогда не надоедают. У противников прогулок всегда найдется оправдание: вчера было холодно, сегодня дождь и лужи, а завтра подморозит и станет скользко. Между тем для одетого по погоде малыша это совсем не страшно. Ему нужно дышать свежим воздухом и наблюдать за тем, как меняется природа.

Взрослые много и часто говорят о подготовке к школе. Однако много знаний, которые понадобятся потом на уроке по окружающему миру, можно получить в ближайшем парке. Любоваться воочию преображением природы гораздо интереснее, чем открывать для себя мир на экране телевизора.

Например : *"Домой, домой, пошли отдыхать, на диван," – так на днях заманивала мама сына, который вышел к ней после занятия в музыкальной школе. За окном вовсю светило солнце, бежали ручьи. Мальчику хотелось побыть на улице, но он послушно оделся и зашагал с мамой на парковку.*

*Сын постоянно сидит дома, уткнувшись в планшет, – жаловалась мне парикмахер в салоне красоты. – Выгнала его во двор. Выглянула в окно, а он стоит возле подъезда с двумя приятелями, и все они смотрят в смартфоны. Гуляют."*

Говорят, что основные привычки закладываются до семи лет. Как правило, люди ведут себя в обществе, питаются и проводят досуг так, как их этому научили в детстве. Если мама находит время каждый день выходить с малышом на свежий воздух, то ему потом будет трудно усидеть в четырех стенах.

Когда родители осознают важность прогулок, то в выходные дни в парках, дворах и на спортивных площадках детей будет больше, чем в фуд-кортах и на диванах.