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

Зима – такое же неповторимо красивое время года, как и все остальные. Конечно, не все зимние дни одинаковы, не всегда «мороз и солнце и под голубыми небесами, великолепными коврами, блестя на солнце, снег лежит». Но даже если таких дней зимой немного, то запоминается зима именно такими днями, морозными, солнечными, снежными, радостными.

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

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

**Задания на внимание:**

Во время пути обратите внимание детей на то, что происходит вокруг. Сколько труб на том доме? Кто там идет вдали — мужчина или женщина? Есть ли здесь лиственные деревья? Сколько человек в той группе? Что нес в руках прохожий? и др.

Обратите внимание, что:

а) если большие и маленькие предметы находятся от нас на одном и том же расстоянии, то маленькие кажутся дальше;

б)  яркие предметы кажутся ближе, чем темные;

в) в пасмурный день, в дождь, в сумерки все расстояния кажутся больше, а в солнечный день — наоборот.

Дети вместе с родителями, с удовольствием сооружают снежную горку, лабиринты из снега, мишень для попадания в нее снежками и т.п. 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. Бросать можно только в ноги. Вариант: можно разделить детей на две команды. Выбывает из игры тот, в кого попадут снежком. Выигрывает та команда, у которой останется больше игроков.



**Кто быстрее слепит снеговика**

Дети разбиваются на пары, и каждая пара получает задание слепить снеговика. Для этого необходимо скатать комки разного размера, поставить их друг на друга. Сделать снеговику глаза, брови, нос, рот (из морковки и угольков) и надеть шапку (ведро). Выигрывает та пара, которая быстрее закончит работу. Дети о работе договариваются сами, игра начинается по команде «Приготовились! Начали!»

**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. Бросать можно и правой рукой и левой рукой.



**Попади в лунку**

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

**После активного движения необходим небольшой *отдых.***

В это время можно предложить отгадать загадки о зиме, например:

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)

Бел, да не сахар, ног нет, а идет? (Снег)

**Ангел.**

Дети очень любят валяться в пушистом снегу. Так не отказывайте ему в этом удовольствии! Попросите его изобразить «снежного ангела» или других существ. Для этого малышу 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 ангельский образ. Различных других существ малыш сможет 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!

Можно задать детям вопросы для размышления:

- Все ли синички одинаковые?

- Кто обедал на рябине? И т.д.



Когда ребенок на улице занят активными действиями, то продолжительность прогулки может быть увеличена. Согласитесь, что и сами 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 мама и папа.

Для этого необходимо соблюсти 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 утрамбованной площадке

Постарайтесь, чтобы и ваши дети получали удовольствие от зимы.

