

Зимние забавы



Зимние забавы любят все дети. Как сделать прогулки с ребёнком зимой ещё интереснее и полезнее? Зимнее ненастье – не повод остаться дома. Свежий воздух детям необходим! Зимние прогулки не только закаляют ребёнка, но и приносят ему большую радость. Родителям только остаётся приготовить санки и надеть шерстяные носки – быстро с улицы уйти всё равно не удастся. Чем может заниматься на улице в зимнее время? Да чем угодно!

Например: «Прыг-скок в сугроб!». Ребёнок может прыгать с лавочки или бордюра прямо в сугроб. Если ребёнок боится, то кто-нибудь из родителей может держать его за руку. Выполняя это упражнение, крохе нужно при приземлении удержаться на ногах. Или сидя на санках, перебирая ногами скользить по дорожке. Это очень весело и малыш будет доволен.

А ещё предложите ребёнку скатать из снега колобков (5-6 штук). Когда все колобки будут готовы, распределите их друг от друга на расстоянии 1 м и можно играть в чехарду. Перепрыгивать через снежных колобков ребёнку будет интересно, главное – сохранить равновесие. Или можно побороться, например: малыш с папой. В этой игре тоже главное сохранить равновесие и если вы, всё-таки упали, ничего страшного – можно просто поваляться!!! Но не забывайте, играя в игры, не укутывайте ребёнка - можно простудиться!

ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ

Подвижные игры и развлечения зимой на открытом воздухе доставляют детям огромную радость и приносят неоценимую пользу их здоровью. Разнообразные подвижные игры для детей - катание на санках, игры со снегом и др. - обогащают содержание прогулок и очень увлекают детей. Играя в подвижные игры, вы сможете увеличить продолжительность прогулки, что особенно важно при низких температурах в нашем суровом климате. Да и сами родители, играя с детьми, не заметят, как пролетело время, и не успеют замерзнуть, поскольку им не придется стоять и наблюдать за играющим в снегу ребенком.

Любимое зимнее развлечение детей - санки. Но можете попробовать научить ребёнка спортивным играм, таким как катание на лыжах и на коньках. Используя простые игровые упражнения можно добиться многого!

Дети также любят подвижные игры со снегом, и с удовольствием будут выполнять предложенные вами упражнения.