

«Чем можно заняться с ребёнком на прогулке зимой»

Подготовила: старший воспитатель Голикова С.М.



Помните в детстве это радостное возбуждение, когда, проснувшись, вдруг обнаруживаешь, что все вокруг белым-бело? Постарайтесь, чтобы и ваши дети получали удовольствие от зимы, поэтому как можно раньше объясните им, что если выпал снег, это вовсе не означает, что они должны оставаться дома - но, конечно, для **прогулок** у них должна быть подходящая верхняя одежда, чтобы они не замерзли и всегда оставались сухими. Одежда не должна плотно облегать тело (*за исключением майки, водолазки*). Во-первых, небольшая воздушная прослойка между тканью и кожей хорошо сохраняет тепло. Во-вторых, слишком тесные вещи сковывают движения дошколёнка и ухудшают кровообращение. Поэтому следите, чтобы брюки не сидели слишком плотно на бедрах, а свитера не жали под мышками. Одежда сверху должна быть трехслойной.

Первый слой – майка, футболка.

Второй слой - трикотажная кофточка (*боди*) и легкий свитер (для активного ребенка, шерстяной свитер (*для малоподвижного*)). Отдавайте предпочтение трикотажным кофточкам, шерстяным свитерам, без пуговиц, кнопок и молний.

Брюки на подкладке (*флиса или синтепона*) из непромокаемой ткани защитят маленького путешественника от влажного снега. Лучше чтобы брюки были с высокой талией или на лямках, так как дети часто приседают или наклоняются в процессе игры и часть спины (*поясница*) обнажается, что может привести к проблемам со здоровьем. Теплые непромокаемые штаны, надетые поверх обычных штанишек, дадут ребенку возможность свободно двигаться.

Третий слой – куртка на синтепоне или пухе сделает **прогулку очень комфортной**. Хороша куртка из плотного и непромокаемого материала, что обеспечит дополнительную воздушную подушку, а также защитит от ветра и влаги. Современные куртки имеют 2 замка, что дает дополнительное тепло и в случае поломки одного даст время на замену другого.

Шапочка должна соответствовать форме головы ребенка – прикрывать лоб, уши и затылок.

Особенно полезно иметь коробку перчаток и варежек. Не пожалейте денег на такую же теплую одежду и обувь для себя и отправляйтесь играть вместе с вашим ребенком.

Рисунки на снегу

Можно удивить ребенка, предложив порисовать на улице, где вместо бумаги у вас будет белый снег! На улицу можно взять обычные краски и кисточки и раскрашивать небольшие участки плотного снега, например, на снеговиках.

Большие снежные участки удобно окрашивать при помощи пульверизатора. Заранее добавьте в воду для пульверизатора краски или пищевые красители. Таким способом можно раскрасить снежные фигуры, снег на кустах и ветках деревьев.



Хрустальные мыльные пузыри

Если на морозе (*от -7С*) надуть мыльный пузырь, он у вас на глазах покроется ледяными узорами и превратится в хрустальный шар. Чем ниже температура, тем быстрее пузырь замерзнет. Идеальная температура для кристаллизации $-15С$.

— Чтобы ускорить процесс, на мыльный пузырь можно опустить снежинку или положить его на снег. В зависимости от температуры воздуха пузыри могут получиться эластичными или хрупкими.

— Выдувать пузырь можно через специальную трубочку, соломинку для коктейля или через пустую шариковую ручку.

— Если температура для замерзания мыльных пузырей неподходящая, то можно половить их сачком или поиграть в прыгающие мыльные пузыри. Для этого достаточно надеть шерстяные перчатки или варежки, от которых пузыри будут отскакивать, вместо того чтобы лопаться.



Санки

Этот неотъемлемый атрибут зимнего веселья порадует деток любого возраста, главное, чтоб малыш уже умел самостоятельно сидеть. Конечно же, совсем маленьких на саночках можно только катать, скатываться с горок и проделывать другие трюки им еще рано.

Санки могут также выступить в качестве транспортного средства вместо **прогулочной коляски**, которая в зимнюю пору может значительно потерять в проходимости.



Следопыты

Дети любят рассматривать собственные следы на свежевypавшем 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.



Рисование на снегу палочкой

Если вы любите летом рисовать палочкой на сыром песке, то **зимой** вы можете попробовать рисовать ей на снегу.



Лепим снеговика и прочие фигуры

Лепка снеговика может доставить удовольствие не только старшим детям, но и малышам. Отдельным приключением может стать поиск обмундирования снеговика: носа и глазок, ручек. Шарфик и шапку можно принести с собой из дома, а вот остальные атрибуты придется поискать. В качестве носа и глазок могут выступить листочки (или, конечно же, морковка, а ручек – палочки.



Зимующие птицы

Расскажите своим детям о зимующих птицах – сорока, ворона и ворон, голубь, воробей, синичка, чиж, сова и дятел. На прогулке обращайтесь к птицам, рассказывайте, кто есть кто. Здорово брать на прогулку хлеб, зерно или семечки и подкармливать птиц – ведь зимой добывать себе пропитание им гораздо труднее. Вы даже можете соорудить скворечник и повесить на дереве во дворе или сквере. При том, что можно соорудить как деревянный скворечник, так и совершенно простой — из пластмассовой бутылки.

- Можно сделать «ангела» или «бабочку» — лечь на снег и подвигать активно в первом случае только руками, а во втором и руками и ногами;

- Берите на улицу песочные игрушки, как и летом! Ведь снег тоже можно копать! Не хуже, чем песок. Из снега, кстати, можно строить целые города – как малюсенькие, так и целые крепости, в которых можно прятаться. Всё зависит от количества снега, которое есть в вашем распоряжении.

