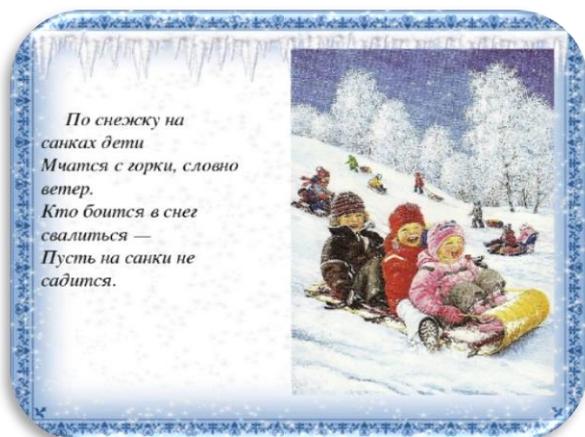


Рекомендации для родителей.

«Зимние прогулки для малышей!»



Чистый, белый снежок, яркое зимнее солнце, сугробы - так и хочется пойти на улицу с малышом, порезвиться, поиграть и повеселиться. Прогулка-это источник новых впечатлений и радостных эмоций. Если продумать игры на прогулке с малышом заранее, то после нее он будет чувствовать себя добрым и весёлым, узнает много нового, а мама разделит радость игры со своим ребенком.

Хорошо, если ребёнок зимой находится на свежем воздухе до трёх-четырёх часов в день. Нужно постепенно приучать малыша выходить на улицу в любую погоду, даже при температуре воздуха -10-15 градусов С. Продолжительность прогулки в таком случае сокращается. Всё зависит от самочувствия ребёнка, степени его закалённости, подвижности, от того, как он переносит мороз, ветер, влажность воздуха. Самые увлекательные игры не будут интересны вашему малышу, если вы его оденете не по погоде. Одеть малыша надо так, чтобы он мог активно двигаться и при этом не замерзать.

В возрасте от 2-3 лет ребёнок гораздо активнее, любознательнее и самостоятельнее. В этом возрасте движения малыша обретают уверенность, он хорошо ходит, бегает, прыгает. Слепить снеговика, снежную бабу, поиграть в снежки с ребёнком, покататься с горки, полюбоваться зимней красотой, расширить знания ребёнка о свойствах снега (белый, холодный, пушистый, мягкий, блестит на солнце, из него можно лепить комки, на теплой ладошке снег тает и превращается в воду и т.д.) помогут ребёнку не скучать и не мерзнуть на прогулке, одновременно развивая у него ловкость, выносливость, координацию движений, познавательный интерес к окружающему.

Как на горке, на горе,
На широком на дворе:
Кто на санках, кто на
лыжах
Кто повыше, кто пониже,
Кто потише кто с разбегу
Кто пол льду а кто по
снегу
С горки – ух, на горку –
ух!
Бух! Захватывает дух!



Подготовила: Н.А. Максимова.