

## **Здравствуй зимушка – зима!** **Советы в помощь родителям.**



Чем можно занять ребенка на прогулке зимой? Как сделать так чтобы зимняя прогулка стала для детей и родителей интересной и познавательной.

Зима – это такое время года, когда погода очень часто меняется в нашем климатическом поясе, следовательно, в первую очередь нужно одевать ребенка согласно погодным условиям, и конечно что бы одежда была удобной. Именно в это время года легко привлечь внимание детей к природе, какая она чудесная, завораживающая. Зима – одно из незабываемых или уникальных времен года, когда все кругом в белом цвете, и сколько вызывает радости у детей и их родителей, когда они резвятся в снегу. Все это благотворительно влияет на психическое и эмоциональное благополучие детей.

Помните, что часто очевидные для вас вещи очень интересны ребенку. Расскажите ему о том, что наступила зима, покажите и расскажите какие стали деревья, какие они бывают по утрам в морозном инее или укутанные в снежные одеяла. А какие узоры на окнах рисует «волшебник» мороз, сугробы различной высоты и многое другое. Какие птицы прилетают зимой, какие остаются зимовать. Лучше всего для таких тематических прогулок подойдет парк или аллея с большим количеством деревьев. В добавок при зимней прогулке можно поиграть в различные игры. Дети обожают возиться в снегу, рисовать палочками, играть в снежки. Не стоит запрещать ребенку играть в снегу и валяться в нем. Если ваш ребенок ходит по сугробам, возьмите данную ситуацию под контроль, найдите для ребенка подходящий сугроб и поиграйте на пару в нем.

Одним из самых запоминающих моментов зимней прогулки для детей станет идущий снег, когда особенно день подходит к вечеру и на улице наступают сумерки и горят фонари и плавно летят снежинки. Половине

снежинки руками, по рассматривайте их какие они красивые и как ложатся на варежки, что они все разные, как формой, так и размером и узором.

Дети будут очень рады, а если вы еще проведете небольшой эксперимент, возьмете «голой» рукой снег, и он начинает таять и превращаться в водичку. Так же из снега совместно с ребенком можно вылепить различные фигурки, начиная от снежной «бабы», до различных животных или подключить фантазию и по придумывать различные несуществующие фигурки. Данная вид деятельности будет направлен на общение с близкими, на развитие познавательных процессов (мышление, речь, воображение, восприятие и т.д.).

Зимой можно поиграть в различные игры, придуманные совместно с ребенком, а так же и в давно существующие. Например, покататься на *санках/«бубликах»*, как совместно, так и покатать своего ребенка, больше всего дети в восторге от того, когда вы разбегаетесь и резко разворачиваете санки или «бублик», но это конечно опасно и нужно обязательно с ребенком оговорить правила данного катания. Одно из самых любимых семейных игр в снегу, это делать *«ангела»*, когда вы ложитесь вместе с ребенком рядом друг с другом и начинаете двигать руками и ногами по снегу в разные стороны, а потом тихонько вставать и смотреть что получилось. В игре *«Следы на снегу»* можно шагать по снегу разными по длине шагами или по-разному ставя ножки, а затем можно предложить ребенку поиграть в догонялки, но с условием что бегать только по тем следам, которые заранее проложили. *Играя в «Снежные скульптуры»*, можно включать фантазию и делать то, что душе угодно: лепить, предлагать ребенку угадывать или наоборот. Также можно заранее приготовить *«разноцветные шары»*, где в шарик вы дома наливаете воды, добавляете туда краски разных цветов, и потом замораживаете их на балконе или в морозильной камере, а потом снимать аккуратно шарик и у ребенка будет восторг и восклицание! Так же можно заморозить лед, не только в шарик набрав воды, а еще и в любую заранее подготовленную форму. Это могут быть и животные, и цветы, и

различные геометрические фигуры, и т.д. А потом можно будет устроить игру *«Поиск сокровищ»* - прятать ту или иную фигурку и искать. В зимнее время можно придумать различные виды игр, нужно только включить фантазию.

Следовательно, чтобы наши дети полноценно развивались как физически, так и умственно, нужно устраивать различные тематические прогулки всей дружной семьей. Дети должны двигаться, узнавать что-то новенькое и интересное об окружающем мире. Не забывайте, что в ваших силах сделать каждую прогулку яркой, веселой, интересной и познавательной. И дети будут счастливы, и родители, и в семье будет спокойствие, дружелюбие и эмоциональное благополучие.

Е.В. Романова, педагог-психолог