**Консультация для родителей**

**« Зимняя прогулка: интересно и полезно. Советы родителям.»**

**Для детей зима -  долгожданная и любимая пора. Не секрет, что для физического развития, укрепления организма детям необходимо как можно больше времени проводить на свежем воздухе. И зима — не исключение из этого правила! 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.**

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

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

**Задания на внимание:**

**1. Показать детям веточку и предложить внимательно осмотреть ее в течение 30—40 сек. Затем веточку спрятать. Теперь ребята должны постараться как можно точнее ответить на следующие вопросы: сколько на ветке сучков; сколько из них сломанных; от какого дерева и когда срезана эта веточка.**

**2.    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.**

**3.    Обратить 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.**

**Кроме игр со снегом, занимательных упражнений и забав, большим успехом у наших  детей пользуются игры-эстафеты.  Такие развлечения помогают  содержательно и весело провести с детьми прогулки, спортивные состязания.**

**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!»**

**Флажки**

**Вдоль ската горки расставлены палочки с ленточками на них. Необходимо прокатиться с горы на санках и схватить флажок. Побеждает тот, у кого больше флажков.**

**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.**

**Шагай шире**

**Расстояние между двумя линиями 3—4 м. Необходимо быстрее дойти до противоположной черты, делая широкие шаги. Вместо широких шагов можно передвигаться и прыжками.**

**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. Бросают 2 раза правой и 1 раз левой рукой.**

**Самые быстрые санки**

**2—3 детей садятся на санки спиной вперед (на одних санках может ехать один ребенок или двое детей). По команде дети начинает отталкиваться ногами и двигаться вперед. Расстояние от старта до финиша — 5 метров. Игру можно повторять 2—3 раза, с разными участниками.**

**Попади в лунку**

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

**На морозе необходимо постоянно двигаться. Делать это можно разными способами. Подойдут:**

***—    Ходьба и бег спинами друг к другу.***

***—    Парный бег*(взявшись за руки).**

***—    Быстрая ходьба с подниманием предметов.***

***—    Бег вперед спиной.***

***—    «Беги и не дотрагивайся»* (шесть лыжных палок ставятся на расстоянии 2— 2, 5 м друг от друга). Ребенок должен пробежать между палками (змейкой), не дотрагиваясь до них. Вместо палок можно использовать другие ориентиры.**

**—    *Подъем в горку руки за спиной, спуск с горы* (можно шагом или бегом).**

***—    «След в след»* — ходьба по следам взрослого,  взрослый при этом учитывает длину детского шага.**

**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)**

**Отгадай, кто я таков?**

**Я играть с тобой готов:**

**То качусь я, то скачу,**

**А подбросишь — полечу. (Мяч)**

**Он в берлоге спит зимой**

**Под большой сосной,**

**А когда придет весна,**

**Он проснется ото сна. (Медведь)**

**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.**

**Помните в детстве это радостное возбуждение, когда, проснувшись, вдруг обнаруживаешь, что все вокруг белым-бело? Постарайтесь, чтобы и ваши дети получали удовольствие от зимы.**