**Для Вас родители!**

**Ребенок на прогулке весной: развлечения для детей на улице.**

После продолжительной и холодной зимы очень хочется ласкового и теплого солнышка! И прогулки с детьми на улице весной становятся более продолжительными и интересными. Теперь можно смело гулять, не боясь, что малыш замерзнет. Да и побегать весной становится гораздо проще, активным движениям уже не помешает теплая одежда.

Весенние прогулки детей в детском саду устраивают воспитатели, но вы тоже можете помочь своему ребенку не только наблюдать, но и активно развиваться на прогулке.

Во время прогулочной поездки обращайте внимание ребенка на все окружающие предметы – оставшийся снег, лужицы, животных, деревья с пробивающимися почками или уже появившимися первыми листиками, на молодую травку. Показывайте и рассказывайте малышу об окружающем мире, даже если вы считаете, что он ничего не понимает, такая экскурсия будет для него очень полезной.

Длительные весенние прогулки для детей приносят пользу. Ведь первые солнечные лучи это естественный источник витамина D для детского организма. Особенно хороши прогулки с детьми после небольшого дождика, когда дышится очень легко и вокруг просто «пахнет» весной.

Если выходите на улицу с ребенком каждый день обращайте его внимание на происходящие вокруг явления. Попросите его рассказать, что нового появилось или исчезло в природе – растаял снег, выросла травка, ярче светит солнышко.

Выучите с ребенком стишки про солнышко и каждый день «зазывайте» солнечные лучи с помощью ласковых слов, стихов и песенок. Расскажите ребенку про то, как из набухших почек появляются листики, присматривайте за какой-нибудь определенной веточкой, чтобы заметить весь процесс появления. Понаблюдайте за птичками, прилетевшими из теплых краев, расскажите про них ребенку.

Не забывайте и про такой немаловажный момент, как безопасность детей на прогулке. Объясните ребенку, какую опасность в себе несут тающие сосульки, как они появляются и исчезают и почему их стоит опасаться. Дети лучше всего усваивают информацию в игровой форме, в том числе и правила безопасности. И не гуляйте с ребенком по дороге, предназначенной для автомобилей. Это не лучшее место для прогулок с детьми не только с точки зрения экологии, но и безопасности. Выбирайте для прогулок парки, зеленые или жилые зоны.

**Одежда ребенка весной.**

Одежда и обувь из современных материалов, которые отводят пот от тела и в тоже время не дают замерзнуть, в этом возрасте – не дань моде, а насущная необходимость. Дети уже хорошо бегают, знают множество подвижных игр и просто физически не в состоянии сидеть на одном месте.

Конечно, это лишь один пример как одевать ребенка весной, у вас может получиться совсем другой список. Но помните об опасности перегрева и если сомневаетесь: надевать или не надевать ребенку еще одну кофточку – не надевайте. Просто возьмите ее с собой, если вам так спокойнее. Или забудьте дома. Ведь и закаляться пора, в конце концов!

**Весенние прогулки с детьми.**

**Правила безопасности.**

Выходя с ребенком на весеннюю прогулку, не забывайте о правилах безопасности! Ведь под ногами хлюпает каша из снега, льда и воды. Именно из-за них так не хочется выходить на улицу. Но поверьте (и проверьте заодно): там, на улице, такая быстрая синева над головой, такой радостью и упоением наполнен воздух, так приветливо светит солнце… Жизнь прекрасна! Одним словом, «плачущая слякоть под ногами» никоим образом не должна помешать вам и вашему драгоценному ребенку насладиться ранней весной и надышаться свежестью.

В гололед передвигайтесь медленно, мелкими шажками, переваливаясь с ноги на ногу. Не очень грациозно, зато не упадете!

Старайтесь выбирать наименее скользкое место на тротуаре. Обычно это «краешек» (серединка всегда более накатана). Начали скользить? Идите еще медленнее, по возможности соблюдая равновесие. Кстати, сама коляска создает противовес, главное, чтобы вас не унесло в «кювет» вместе с ней…

Если вы начинаете падать на скользкой улице, старайтесь делать это правильно: прижмите руки к груди, ноги согните в коленях и… заваливайтесь на бок.

Будьте внимательны при переходе проезжей части: перед быстродвижущимся транспортом перебегать дорогу с коляской вообще нельзя, тем более, когда скользко и слякотно!

Многое зависит от способности подошвы вашей обуви противостоять скольжению. Качественная зимняя и модная демисезонная обувь не должна скользить, об этом позаботились производители. Исключения — модельные сапожки и ботиночки на высоком или изящно-модном каблуке. Думается, нет смысла надевать такую обувь на прогулку. Тем самым вы уже процентов на 80 застрахованы от падения.

Самая не скользкая подошва — так называемая «тракторная» из высококачественной резины. Протекторы этих ботинок напоминают зимние шины автомобиля и обеспечивают очень хорошее «сцепление» ботинка со скользкой поверхностью дороги. Самая скользкая — подошва из пластмассы. Если вам ничем не могут помочь даже в мастерской по ремонту обуви и подошва продолжает скользить, наклейте на подошву и подметку каблука кусочки обычного лейкопластыря или мелкой наждачной бумаги.

Чтобы ноги оставались сухими после «мокрых» прогулок, правильно ухаживайте за обувью. Чистить и мыть сапоги-ботинки нужно сразу же по приходе домой, а не через несколько часов. После того как обувь высохла, обработайте ее специальными влагоустойчивыми пропитками (губки, крем, аэрозоли).