

# Зима. Зимние забавы.

Родителям рекомендуется: Вспомните признаки зимы. Спросите у ребенка, какого цвета снег. Какую одежду мы одеваем зимой? Напомните ребёнку в какие зимние игры можно играть на улице, на чем кататься, что лепить.

Дыхательная гимнастика:

«Подуем на снежинки» Ребёнок дует на бумажные снежинки, подвешенные на ниточках. «Погреем ручки», подышим теплым воздухом на ладошки: «Х-х-х».

Выучи стихотворение  
Все бело-бело-бело,  
Много снега намело.  
Вот веселые деньки,  
Все на лыжи и коньки



## ***"Ледяные дорожки"***

Эта игра поможет ребенку научиться удерживать равновесие на льду. Ребенок идет по ледяной дорожке, передвигая ноги по льду, стараясь не упасть.

Более смешной и привлекательный вариант для малыша: мама берет ребенка за руки с двух сторон и прокатывает его по ледяной дорожке.

## ***"Барьеры"***

Мама лопатой собирает снег и превращает его в барьеры различной величины. Малыш быстро перебирается через все барьеры, не задев их.

## ***"Детский хоккей"***

Для этой игры понадобится детский набор для хоккея. Мама показывает малышу, как правильно держать клюшку, как бить ее по шайбе и куда надо стремиться попадать. Эта игра доступна как мальчикам, так и девочкам.

## ***"Скими с горочки"***

Мама сооружает небольшую, но крученую горку и делает несколько плотных снежков. Малыш должен скатить с горки все снежки по очереди, не упустить, не уронить и не раздавить ни одного. Можно катать с горки любимую игрушку на маленьких санках.



## **"Крепость"**

Мама строит с малышом снежную крепость. Она просит ребенка принести ей снег в лопате, учит его, делать снежки. Показывает, катая маленький снежок по снегу, как он становится большим комом. Потом показывает малышу, как ставить большие комья друг на друга.

## **"Следопыт"**

Мама идет по чистому снегу, стараясь сделать шаги как можно меньше. Затем по ее следам отправляется ребенок. Его задача - попасть след в след.

## **"Дорожки"**

Мама находит нетронутый кусочек снега и предлагает малышу самому вытоптать дорожку. Дорожки могут быть длинными и короткими, широкими и узкими.

## **"Снежные горки"**

Мама предлагает ребенку собрать в горку снег сначала одной ногой, а затем другой. Потом они вместе сравнивают, какая горка больше. Можно проделать то же самое руками.



## **"С кочки на кочку"**

Мама чертит на снегу круги диаметром 30-40 см. Расстояние между кругами - 40-50 см. Малышу надо прыгать с кочки на кочку (то есть из круга в круг). Отталкиваться надо обязательно обеими ногами: присесть, согнув ноги в коленях, затем прыжок.

## **"Сбеги с горочки"**

Мама предлагает ребенку забраться на небольшую горку с пологим склоном, а потом сбежать вниз, к ней в руки.

## **"Меткий стрелок"**

Вместе с малышом мама делает куличики из снега, выстраивает их в ряд, помещает друг на друга, учит малыша лепить снежки, предлагает снежком сбить куличик. Мама должна показывать пример своему ребенку: вместе с ним кидать снежки и стараться попасть в цель.

## **"Катание с горки"**

На пологом склоне малыш тренируется кататься на санках. Мама учит его правильно направлять санки с горки.

Для самостоятельных поездок малыша нужно выбирать пологие горки, где нет большого скопления детей, чтобы ребенка никто не испугал и не ударил.

Мама должна внимательно следить за тем, как ребенок катается



## **“Зайка беленький сидит”**

Если мама чувствует, что ребёнок начинает замерзать, можно предложить ему побегать или попрыгать. Очень нравятся детям подвижные игры с весёлым сюжетом. В игре участвуют мама и ребенок, но можно предложить и его друзьям представить себя зайчиками. Мама читает стихотворение. Ребенок выполняет движения, о которых она говорит.

**Зайка беленький сидит и ушами шевелит.**

**Вот так, вот так он ушами шевелит.**

**Зайке холодно стоять - надо зайке поскакать.**

**Вот так, вот так, надо зайке поскакать.**

**Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть.**

**Вот так, вот так, надо лапочки погреть.**

**Зайку кто-то испугал! Зайка - прыг - и ускакал!**



Выходя с ребенком на прогулку, не надо забывать брать с собой разные игрушки. Это могут быть лопатки, ведёрки, формочки, игрушечный самосвал, мячик, санки, лыжи, катушки - ледянки. Все игрушки должны быть пластмас-

совыми, легко мыться. Не следует брать на улицу домашние игрушки. Также можно захватить немного хлеба или семечек, чтобы покормить птичек.

В играх и забавах ребёнок может находиться на свежем воздухе не уставая, с пользой для здоровья и развития.

**Удачи вам,  
уважаемые родители!**

