

## «Как провести выходные с детьми зимой»



Движения составляют основу любой детской деятельности, особенно игровой. Ограничение движений противоречит биологическим потребностям растущего организма, негативно сказывается на его физическом состоянии (замедляется рост, снижается сопротивляемость инфекционным заболеваниям). Играя на свежем воздухе дети получают возможность закрепить двигательные навыки, проявить самостоятельность и инициативу, закалить организм, что повышает его устойчивость к простудным заболеваниям. Зимние развлечения доставляют детям необыкновенную радость. Эти игры не требуют много времени, каких-то незапланированных затрат или определенных умений. Самая известная уличная зимняя игра – **это игра в снежки.** Можно играть поодиночке, а можно играть командами или защищать построенную крепость.

### **Катание с горки.**

С горки можно кататься на ледянках, санках, ватрушках и т.д.. Классический спуск «паровозиком» захватывает дух не только у детей, но и у их родителей. Играя, дети быстрее начинают дружить между собой, телесный контакт во время шумной веселой игры сближает.

### **Лепка снеговика.**

Снеговик состоит из трёх снежных шаров. Дальше украшаем его. Вот здесь фантазии нет предела: руки- палочки – еловые веточки, нос- морковка, в роли шляпы может выступить ведро, тарелка и т.д.. А что, если снеговика

раскрасить яркими красками? Перемешиваем краску с водой. Разливаем полученный раствор по пластиковым бутылкам. В каждой крышке делаем по несколько отверстий и закрываем ими бутылки. Покажите детям, как пользоваться бутылками: как их направлять и с какой силой нажимать, чтобы жидкость резкими струями лилась сквозь дырочки. Начните с рисования глаз, бровей и губ снеговика, затем можно «одеть» его во что-нибудь нарядное и яркое. Цветной краской можно просто рисовать по снегу.

### **Постройка снежной крепости.**

Отличное занятие для детей любого возраста. Крепость можно построить не только из снега, но и лед тоже подойдет. Игрушки делятся на: «защитников» крепости и «нападающих» пытающихся взять крепость.

### **Игра «Рисуем снежных ангелов.»**

Дети очень любят валяться на снегу. Ребенок должен аккуратно упасть назад на спину в мягкий снежный сугроб и начать быстро двигать руками и ногами, как будто собирается взлететь. Снег облепит малыша, одежда станет белой, а руки станут похожими на крылья. Помогите малышу осторожно встать из снега, не разрушив получившийся след. Будет ещё веселее, если вы будете делать ангелов вместе. Можно изобразить на снегу и другие снежные образы.

### **Игра мыльные пузыри зимой**

Если вынести их на улицу и надуть на морозе, то получившийся шарик сразу застывает и начинает покрываться красивым узором.

### **Игра «Следопыты».**

Найдите картинки со следами на снегу всевозможных животных. Изучите их и отправляйтесь на прогулку. Если вам повезет, вы сможете увидеть следы кошки, вороны, мелких птиц или соседского щенка.

### **Игра «Кружева на снегу»**

Мама с ребёнком заранее замораживают в формочках льдинки и раскладывают их по площадке, а затем смотрят у кого красивее получилось кружево.

### **Игра «Санные гонки»**

Игроки ставят санки на одну линию, садятся на них верхом, опустив ноги на землю. По сигналу все говорят считалку:

Ты за саночки берись и беги скорее, быстро саночки везти будет веселее;

Передвигаться на санках надо до обозначенного ориентира (сугроба, флажков, снежного вала и т. п.), отталкиваясь ногами. Играть в зимние развлечения можно во дворе или в парке, днём или вечером, и с друзьями, и с родителями.

Самое главное для таких зимних подвижных игр это хорошее настроение, которое неизбежно сопровождает все зимние игры. Играйте с детьми и получайте удовольствие от общения с ними.