

detkityumen.ru

Зимние забавы!

«Мороз и солнце, день чудесный...» Нынешние зимы не часто балуют нас такими деньками. То дождь, то слякоть, то пасмурно, то слишком холодно... Но если сегодняшний выходной как раз тот самый классический «чудесный» день, значит, самое время отправляться всей семьей на зимнюю прогулку. Только представьте, как приятно будет скрипеть под лыжами снег, и свежий морозный воздух вольется в легкие. Как будут визжать от восторга малыши, скатываясь с горки на санках, кусках картона или и вовсе без них. Как будет переливаться снег под холодными солнечными лучами, а на детских щечках разольется яркий румянец... Ну как, представили? Хочется? Тогда давайте поскорее сделаем свои и детские мечты реальностью. Ведь для этого много не надо. Всего лишь легкая теплая одежда, не мешающая движениям, мама, папа, малыш, термос с горячим сладким чаем и кусочек зимней природы. А интересные занятия придумать проще простого. Ведь зимой у вас есть замечательный помощник – снег!

Собираемся на прогулку

Зимние прогулки – необыкновенно полезная штука. Подвижные игры на природе замечательны уже сами по себе, а если добавить к этому закаливающий, иммуностимулирующий эффект от бодрящего морозного воздуха, то положительный результат не заставит себя долго ждать. Не секрет, что малыши, гуляющие в любую погоду, болеют реже, чем их теплолюбивые сверстники. Но холодное время года требует от родителей более серьезного подхода к выбору одежды для малыша. Собираясь на прогулку, не забывайте, что большую часть времени ребенок будет двигаться, иначе ему станет холодно даже в самой теплой одежде. Поэтому не кутайте его чрезмерно. Лучше всего подойдут хлопчатобумажная водолазка с длинным рукавом или футболка, шерстяной свитер и теплая зимняя куртка или комбинезон. Будут нелишними и запасные варежки для малыша. А если вы собираетесь на длительную прогулку (например, за город), захватите и запасные носки. Если все готово, берем санки, лыжи, коньки, не забываем про фотоаппарат или видеокамеру и отправляемся в заснеженный парк, тихий загородный лес, к скованной льдом реке или просто во двор.

Зимние состязания

Хочешь не хочешь, а на морозе нужно двигаться. Иначе не поможет даже самая теплая одежда. Поэтому будем чередовать спокойные игры с подвижными, чтобы и не перегреться чрезмерно, и не замерзнуть. Начнем с подвижных игр. В качестве разминки подойдет игра-состязание «Не уступлю горку». Ее особенно любят дети, потому что она позволяет побарахтаться в снегу. Один игрок забирается на небольшую горку, а другие по очереди пытаются его оттуда стащить. Тот, кому это удастся, занимает его место. Побеждает игрок, продержавшийся на горке дольше всех. Конечно, папа немножко подыграет малышу. Ведь для ребенка будет предметом особой гордости то, что он смог победить своего, такого сильного, папу.

А как вам игра «Льдинка»? Чертим на снегу круг. Все игроки становятся внутрь круга, в центре – водящий. Перед ним льдинка или сосулька. Ударом ноги ее нужно выбить из круга. Играющие отбивают льдинку, мешая водящему. Удастся ли водящему достичь своей цели?

Если вы всей семьей скатаете большущий снежный ком, он станет реквизитом для веселой игры. Станьте вокруг кома и возьмитесь за руки. По команде «Раз, два, три!» каждый игрок начинает тянуть остальных к кому, а сам –

упирается. Тот, кто упадет на ком или просто дотронется до него любой частью тела, выбывает из игры. Не забываем играть в четверть силы, давая возможность выиграть и малышам.

Очень полезно научить малыша скользить по ледяной дорожке. Первое время придерживайте кроху за руку. Когда он научится хорошо держать равновесие на льду, усложните упражнение. Станьте сбоку от дорожки, держа в руках любую игрушку на такой высоте, чтобы малыш смог дотянуться до нее рукой. Задача ребенка во время скольжения дотронуться до игрушки. Это непростое упражнение отлично развивает координацию движений. Точно так же можно проехать по льду на ногах, держа в руках мячик или снежок и бросая его в цель – нарисованный на снегу круг.

Веселое строительство

А теперь займемся чем-нибудь более спокойным и созидательным. Например, снежной скульптурой. Лепить снеговиков умеют все. Но было бы здорово, если ваш снеговик выгодно отличался от других его собратьев. Можно приодеть его в старые шарф и шляпу, которые давно валяются на антресолях. Или нацепить на нос поломанные солнцезащитные очки. Или выложить на шее ожерелье из рябины. А если захватить из дома краски и кисточки, снеговика можно просто-напросто раскрасить, придумав ему самый яркий и умопомрачительный наряд. Кстати, лепить из снега можно не только снеговиков. Эффектно будет смотреться гигантская гусеница или сороконожка, сделать которую очень просто из снежных комков, выложенных цепочкой. Или слепите снежную черепаху. Для этого нужно всего лишь соорудить панцирь, приделав к нему лапки и голову. Малыш с удовольствием примет участие в создании снежной скульптуры, а потом сфотографируется верхом на гусенице или черепахе.

С самыми крошечными скульпторами можно слепить угощение для птиц. Пусть маленькие ручки налепят снежных пирожков, а в тандеме с папой можно соорудить даже целый снежный торт. Теперь осталось насобирать ягод рябины и шишек и украсить ваше творение. Если в кармане найдутся семечки и остатки печенья, они тоже пойдут в ход. Такая простая забава, а сколько пользы: и моторику потренируем, и творчество с фантазией поразвиваем, и птичек порадуем. Если будет желание, можно устроить настоящее соревнование: чья команда – «Папа» или «Мама + малыш» слепит больше снежных пирожков?

Что еще можно построить из снега? Крепость или даже целый дом. Хорошо помню случай из детства. На пустыре за домом мальчишки вылепили снежные стены с окнами и дверью, а внутри – настоящую ледяную мебель. Здесь были и кресла со спинкой и подлокотниками, и диван, и даже снежный телевизор. Было так интересно посидеть на диване в этой ледяной избушке, представляя себя Снежной Королевой или Снегурочкой... И если совместными усилиями вам удастся создать что-нибудь подобное, дети долго будут помнить об этом, не сомневайтесь.

А если вам скучно смотреть на монохромные снежные просторы, их легко можно сделать разноцветными. Это занятие доставит всей семье массу приятных минут. Для рисования на снегу понадобится несколько пластиковых бутылок с водой, подкрашенной обычными акварельными красками. В крышках бутылок проделываем небольшие отверстия и вставляем туда соломинки для коктейлей. Готово! Можно приступать к творчеству. На ровной полянке в лесу, в парке или просто во дворе при помощи наших импровизированных баллонов с краской нарисуем яркий летний луг, цветы, бабочек, солнышко, радугу. А если юный художник еще слишком мал для таких шедевров, пусть просто распишет снег цветными пятнами и полосами. На таком огромном «листе» есть где разгуляться.

А еще на гладком, неупотанном снегу можно сделать аппликацию из подручных материалов. В ход пойдут ветки, хвоя, ягоды рябины, шишки, кусочки коры, засохшие листья и травинки. Устройте конкурс на лучшую работу или, что еще лучше, создайте художественный шедевр все вместе. Ваш необычный ковер будет очень красиво смотреться на чистом белом листе лесной заснеженной полянки.

Полоса препятствий

Из снега можно соорудить снежную полосу препятствий. Облюбуйте ровную полянку и приступайте. Первое – это барьеры из снега. На некотором расстоянии друг от друга вылепите небольшие «стенки», через которые несложно будет перепрыгнуть малышу. Бег со снежными барьерами потребует от ребенка определенной доли ловкости. Ведь если их хотя бы немного зацепить ногами, они попросту развалятся. Прыгать можно с разбега или с места. А папа пусть продемонстрирует чудеса ловкости, перепрыгивая через барьеры на одной ноге.

Следом за барьерами малыша будет ждать снежное болото со снежными кочками. Кочки - небольшие снежные бугорки, вылепленные при помощи детского ведерка. Правда, попрыгать по ним можно только один раз. Зато как весело!

А напоследок можно соорудить лабиринт. Сначала папа-конструктор рисует палкой на снегу контур будущего лабиринта с входом, выходом и несколькими тупиками. Затем к работе подключается мама и малыш. Силами одной семьи вылепить большой лабиринт у вас вряд ли получится. Но невысокие стены смастерить вполне удастся. Итак, по контуру будущего лабиринта возводим стены-бортики, высотой около 20 см. Малышу будет занятно побегать по такому лабиринту, точно так же, как дома он распутывал лабиринты, нарисованные в детских книжках и журналах. Это хороший способ потренировать пространственное восприятие. Пусть кроха комментирует свои действия словами: «Поворачиваю налево, иду прямо, поворачиваю направо...» А если за дело возьмется несколько семей с детворой, то можно построить настоящий лабиринт со стенками в рост ребенка. Тогда игра будет еще более веселая и захватывающая.

Наши приятели – санки

Катание на санках – штука не только приятная и любимая детьми всех возрастов (включая маму с папой), но еще и полезная. Ведь, как известно, любишь кататься – люби и саночки возить. Такая зарядка на свежем морозном воздухе – хорошая тренировка мышечной и дыхательной систем. А, съезжая с крутой горки, малыш не только получает заряд веселья и хорошего настроения, но еще и учится преодолевать страх, а значит, воспитывает характер. И если самым маленьким саночникам доставляет удовольствие просто катание, то малышам постарше и, конечно, папам уже хочется чего-нибудь покруче. Что тут можно придумать? Например, попробовать не просто съезжать с горки, а управлять санками. У вас получится настоящий саночный слалом. Проведите внизу горки черту на снегу и посоревнуйтесь, у кого получится точнее затормозить прямо перед ней: у мамы, у папы или у малыша? Или поставьте посередине горки два прутика, обозначив ворота, и попробуйте проезжать точно через них. А можно сделать из прутиков целый коридор и скатываться по нему, стараясь не задеть препятствия. Другой вариант: собрать как можно больше прутиков при спуске. Можно съезжать и так. Внизу горки стоит «регулировщик» – мама или папа. Малыш едет на санках, а регулировщик указывает направление поворота: вправо или влево. Задача ребенка - повернуть санки в нужную сторону.

Если подходящей горки поблизости нет – не беда. Можно и по прямой покататься. Запрягаем в санки папу – и вперед! А вот еще замечательная забава. По накатанной дорожке в быстром темпе папа или мама везут малыша. А малыш, сидя на санках, бьет пластиковой бутылкой по льдинке, стараясь «гнать» ее перед собой. Это не просто веселое занятие, но и хорошее упражнение, развивающее координацию движений.

Если у вас двое малышей и двое санок, устройте соревнование. Малыши садятся каждый на свои санки, мама и папа берутся за веревки и бегут к финишу. Можно двигаться и иначе. Сядьте на санки вместе с ребенком спиной друг к другу, то есть один игрок сидит лицом к финишу, другой - спиной. Отталкиваться от земли можно только ногами. Теперь посмотрим, чей тандем выиграет эту гонку: папа - малыш или мама - малыш. Еще можно передвигаться на санках, отталкиваясь от земли лыжными палками или толстыми ветками.

Снежный бой

Какая самая веселая зимняя игра? Конечно, снежки! Тут тебе и побегать можно, и в меткости потренироваться. Эту игру одинаково любят как взрослые, так и малыши, еще не умеющие толком слепить снежок. Играть можно вовсе безо всяких правил, обкидывая друг друга пушистым снегом, но гораздо интересней по правилам. Например, так. Сначала вся семья заготавливает снежки и чертит палочкой на снегу квадратную площадку.

Снежки складываются за пределами площадки. Туда же отправляем папу, который будет водящим. Мама и дети бегают по площадке в разных направлениях, а папа старается попасть в них снежками. Если папе это удастся, то «подстреленный» игрок начинает ему помогать. Игра продолжается до тех пор, пока папа не выбьет всех игроков. Победителей здесь нет. Главное – веселье. А теперь выберем водящей маму, а папа вместе с малышами спрячется за деревья. Перебегаем от дерева к дереву и поддразниваем маму, а она старается попасть снежными снарядами по расшалившимся членам семейства. Такие простые забавы помогают малышам освоить игру по правилам, а старших деток учат координировать движения, развивают ловкость и быстроту реакции. Только обязательно следите, чтобы, двигаясь, малыши дышали носом. Вдыхание через рот морозного воздуха может привести к простуде.

Можно пострелять снежками по мишеням. В роли мишени может выступать ствол дерева. Малыш кидает снежки, стоя совсем близко к дереву, а мама и папа отходят на большее расстояние. Если вы захватите с собой несколько пластиковых бутылок, то их можно будет установить на поваленное дерево, пенек или просто на землю и сбивать снежками. Только не забудьте потом унести их из леса.

Можно выкопать в снегу ямку и соревноваться, кто больше забросит в нее снежков. А можно бросать снежки в детское ведерко. Это не так просто, как кажется. Ведь нужно постараться ведерко не свалить. А если повесить ведерко на дерево чуть выше роста малыша, можно поиграть в настоящий снежный баскетбол, забрасывая снежки в ведерко, словно в баскетбольную корзину.

Ну, а теперь снова «постреляем» по живым мишеням. Наша игра называется «Хозяин лунки». Папа выкапывает в снегу небольшую лунку и заготавливает снежки. Он будет «хозяином» лунки. Мама с малышом стоят на расстоянии 5-7 метров от лунки. Папа называет кого-то из игроков (например, маму), быстро берет три снежка и пытается попасть в названного игрока, а игрок, в свою очередь, увернуться. Если маме не удалось уйти, она отправляется «хозяйничать» к лунке. Если же папа промазал, то хозяином остается он. Когда хозяином лунки станет малыш, папе и маме нужно подойти к нему поближе. Иначе маленькие ручки не смогут добросить снежок.

Зимние загадки

Если вы выбрали для прогулки лес или парк, уделите немного времени наблюдению за природой. Вам может показаться, что зимой все в лесу замирает, погружается в глубокий сон и найти интересные объекты для наблюдения невозможно. Но это только на первый взгляд. Постойте с малышом среди деревьев и немного помолчите, научите кроху не только смотреть, но и слушать. И сразу величественный заснеженный лес наполнится множеством живых звуков. Вот птички весело перекликаются на разные голоса, где-то шуршит в ветвях белка, стучит клювом важный дятел...

Малыши очень любят играть в следопытов. А зимой это делать проще всего. Обратите внимание ребенка на следы на снегу. Пусть он подумает, птица их оставила или зверек. Попробуйте по следам определить, в какую сторону направился тот, кто их оставил, пройдитесь по его дорожке. Бывает, что следы могут рассказать много интересного. Если в лесу вам попадется лыжня, рассмотрите ее внимательно. По ней можно узнать, в какую сторону бежал лыжник и давно ли это было. Определить направление помогут следы от палок. Концом палки лыжник сначала оставляет в снегу ямку, а потом слегка чиркает по снегу. Если края лыжни резко очерчены – лыжник прошел недавно, если сглажены – след старый. Ваш малыш любит распутывать нарисованные лабиринты? Предложите ему куда более захватывающую игру. Проложите на чистой полянке лабиринт из следов, поворачивая то вправо, то влево и делая петли. А малыш пусть «распутает следы» – пройдет тем же путем. Будет здорово, если мама с малышом ненадолго закроют глаза, а папа отбежит на небольшое расстояние вглубь леса и там притаится. Смогут ли они отыскать папу по следам?

А еще можно захватить с собой в лес лист бумаги, карандаш и... компас. И пока мама будет лепить с сыном или дочуркой снеговичка, папа зароеет в один из сугробов «клад» – например, любую пластмассовую игрушку. Теперь нужно нарисовать небольшую карту или написать инструкцию и отправляться на поиски. Такая игра будет не только захватывающим приключением для ребенка, но и прекрасным поводом познакомить его с картой, компасом и условными обозначениями, рассказать об основах ориентирования на местности, потренировать

пространственное мышление.

Если в лесу вам попадется небольшая елочка, посчитайте, сколько ей лет. Каждый год у ели на верхушке вырастает новый уровень веток. Сколько таких слоев – столько и лет деревцу. Интересно, елочка-ровесница малыша выше его или ниже?

Забавы для самых маленьких

Если вашему малышу всего 1,5-2 года и игры по правилам с мамой и папой ему пока не по силам, не беда. Можно придумать множество веселых зимних забав и для такого крохи. Предложите ему протоптать в рыхлом снегу собственную тропинку и покажите, как это сделать. Или, например, папа пробирается мелкими шажками по свежеснеженному снегу, а мама с малышом отправляются следом, помогая юному следопыту ставить ножки точно в папины следы. Не забудьте при этом обратить внимание сына или дочурки, что у папы следы – во-о-о-он какие большие! А у крохи – маленькие! Кстати, малыши просто млеют от возможности потопать по чистому снежному листу и затем рассмотреть результаты своего творчества. Можно и ладошки отпечатать. А если по соседству на снегу окажется собачья пятерня или вороны лапки, то будет интересно сравнить их с малышowymi следами.

Таким полезным вещам, как ведро, лопата, формочки для песка и самосвал на веревочке, найдется применение не только летом. Лопатой хорошо рыть в снегу туннели и строить автострады для игрушечных машинок. Можно попробовать раскопать снег до самой земли и посмотреть, что под ним. В самосвале здорово возить не только песок, но и снег. А его колеса оставляют на снегу отличные отпечатки. Можно сделать целый зоопарк из силуэтов зверюшек или превратить снежную полянку в морское побережье, напечатав фигурки крабов, морских звезд и рыб. Только не забудьте захватить на прогулку 1-2 пары запасных варежек, иначе мокрые ручки крохи быстро замерзнут. Кстати, о варежках. Если одна из них потеряется или порвется (а такое случается нередко), не выбрасывайте вторую. Посмотрите вместе с малышом старый добрый мультфильм «Рукавичка», а затем пришейте к варежке глазки и носик из пуговиц, привяжите веревочку, и новая забава готова. Вот увидите, с какой радостью и энтузиазмом малыш будет таскать за собой по снегу своего нового друга.

А в довершение веселых забав можно сделать небольшой фоторепортаж или видеоролик о замечательной воскресной прогулке, чтобы вспоминать, как весело и необычно провели вы время и, конечно, ждать с нетерпением следующих выходных.

Интересной вам прогулки, приятных впечатлений, пушистого снега и яркого солнышка!

Автор Юлия Каспарова, по материалам сайта [Мама и малыш](#)

Адрес на сайте «Детки!» detkityumen.ru/biblio/category135/category137/41/