

# ДЕКАБРЬ

## Рекомендации для родителей на зимний период.

### Игры на свежем воздухе.

ЗИМОЙ НА УЛИЦЕ РЕБЕНОК БУДЕТ ИГРАТЬ И ДВИГАТЬСЯ ОЧЕНЬ АКТИВНО, ЧТО ЕСТЕСТВЕННО. ИГРЫ НА СВЕЖЕМ ВОЗДУХЕ, КОНЕЧНО, ПОЛЕЗНЕЕ, ЧЕМ ДОМА.

ОТ ФИЗИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ РЕБЕНКА НАПРЯМУЮ ЗАВИСЯТ ЕГО УСПЕХИ В УЧЁБЕ И ДРУГИХ СФЕРАХ ЖИЗНИ. МНОГИЕ РОДИТЕЛИ НЕДООЦЕНИВАЮТ ВАЖНОСТЬ СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ ДЛЯ НОРМАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ МАЛЫША.

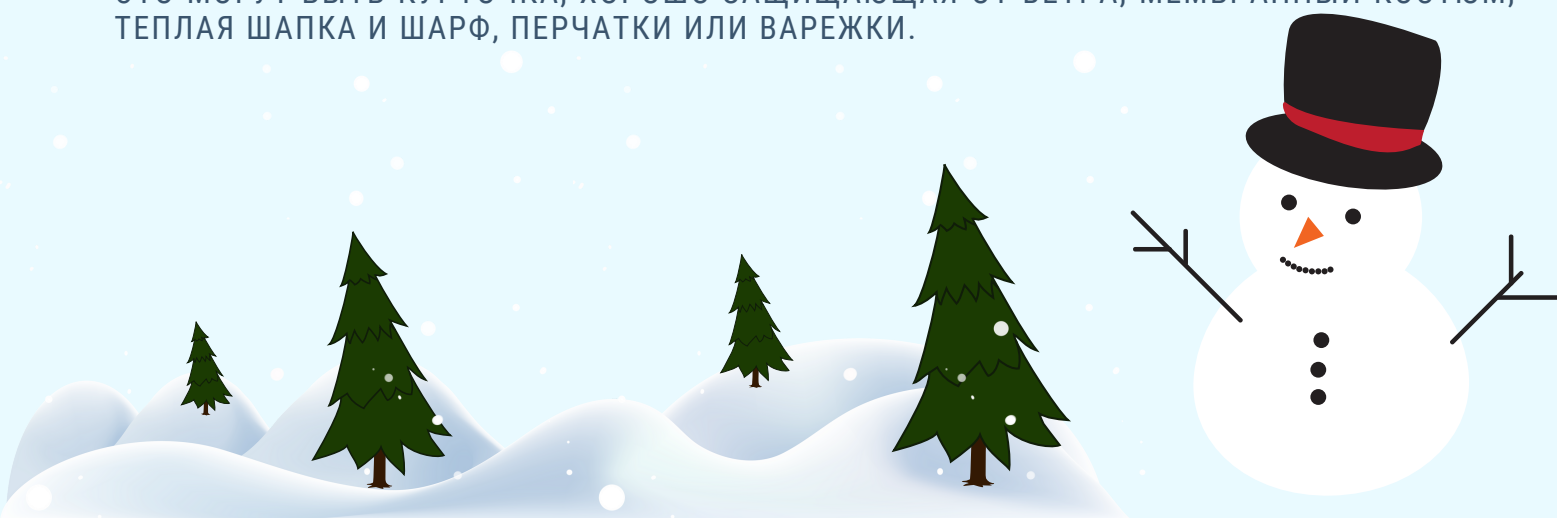
ЗИМОЙ ПРИБАВЛЯЕТСЯ ЗАБОТ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ. НЕКОТОРЫЕ ПРЕДПОЧИТАЮТ СОКРАТИТЬ ВРЕМЯ ПРЕБЫВАНИЯ СВОЕГО РЕБЕНКА НА УЛИЦЕ ДО МИНИМУМА, УКУТЫВАЮТ ЕГО В ТЕПЛУЮ ОДЕЖДУ И НЕ РАЗРЕШАЮТ ЕМУ АКТИВНО ДВИГАТЬСЯ НА УЛИЦЕ. НО СТОЯ ВОЗЛЕ РОДИТЕЛЯ И НИЧЕГО НЕ ДЕЛАЯ, РЕБЕНОК ЗАМЕРЗНЕТ ВЕРНЕЕ ВСЕГО, СКОЛЬКО БЫ СВИТЕРОВ ЗАБОТЛИВАЯ МАМА НА НЕГО НИ НАДЕЛА. НАОБОРОТ, КРОХА С ХОРОШИМ НАСТРОЕНИЕМ, КОТОРЫЙ БЕГАЕТ И ПРЫГАЕТ, МОЖЕТ СОГРЕТЬСЯ, И У НЕГО ПОЯВИТСЯ ХОРОШИЙ АППЕТИТ.

ЧТОБЫ НЕ ЗАМЕРЗНУТЬ САМИМ, РОДИТЕЛЯМ НАДО ПРИДУМЫВАТЬ РАЗНЫЕ ИГРЫ И АКТИВНО ПРИНИМАТЬ В НИХ УЧАСТИЕ. НАПРИМЕР, МОЖНО ПРЕДЛОЖИТЬ СЛЕПИТЬ ЧТО-НИБУДЬ ИЗ СНЕГА, ПИРОЖОК ИЛИ КУЛИЧ. СТАРАЯСЬ ТОЧНЕЕ ПЕРЕДАТЬ ФОРМУ ПРЕДМЕТА, РЕБЕНОК АКТИВНО РАБОТАЕТ ПАЛЬЧИКАМИ, ЧТО СПОСОБСТВУЕТ РАЗВИТИЮ РЕЧИ.

ВМЕСТЕ ХОРОШО СЛЕПИТЬ СНЕГОВИКА, ДАТЬ ЕМУ ИМЯ, ПРИДУМАТЬ И ВЫЛЕПИТЬ ЕГО ДРУЗЕЙ. С БОЛЕЕ ВЗРОСЛЫМИ ДЕТЬМИ ОТЛИЧНО ПОЛУЧАЕТСЯ СТРОИТЬ ЦЕЛЫЕ СНЕЖНЫЕ ГОРОДА И КРЕПОСТИ, В КОТОРЫХ МОЖНО ПОТОМ ИГРАТЬ.

НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ, КАСАЮЩИХСЯ ОРГАНИЗАЦИИ ИГР НА ВОЗДУХЕ:

- ЕСЛИ РЕБЕНКА ВЫВЕЛИ НА ПРОГУЛКУ ПОСЛЕ ЕДЫ, ТО, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ЗАТЕВАТЬ С НИМ ИГРЫ, НУЖНО ПОДОЖДАТЬ 30 МИНУТ. А СНИЗИТЬ ФИЗИЧЕСКУЮ АКТИВНОСТЬ СЛЕДУЕТ ЗА ПОЛТОРА-ДВА ЧАСА ДО СНА.
- ОДЕЖДА ДОЛЖНА БЫТЬ ЛЕГКОЙ, УДОБНОЙ, ТЕПЛОЙ, НЕ СТЕСНЯТЬ ДВИЖЕНИЙ, НЕ МЕШАТЬ СВОБОДНОМУ ДЫХАНИЮ, КРОВООБРАЩЕНИЮ, НЕ РАЗДРАЖАТЬ КОЖУ РЕБЕНКА. ЭТО МОГУТ БЫТЬ КУРТОЧКА, ХОРОШО ЗАЩИЩАЮЩАЯ ОТ ВЕТРА, МЕМБРАННЫЙ КОСТЮМ, ТЕПЛАЯ ШАПКА И ШАРФ, ПЕРЧАТКИ ИЛА ВАРЕЖКИ.



## СНЕЖКИ



САМАЯ ПРОСТАЯ И САМАЯ ЛЮБИМАЯ ИГРА – СНЕЖКИ. ДЕТИ ЛЕПЯТ ИЗ СНЕГА НЕБОЛЬШИЕ ШАРИКИ И В ШУТКУ КИДАЮТ ДРУГ В ДРУГА. В СНЕЖКИ ЛУЧШЕ ВСЕГО ИГРАТЬ, КОГДА НА УЛИЦЕ НЕБОЛЬШОЙ МОРОЗ. ТОГДА СНЕГ НЕ ТАКОЙ ХОЛОДНЫЙ И ХОРОШО ЛЕПИТСЯ, СНЕЖКИ ПОЛУЧАЮТСЯ ГЛАДКИЕ И РОВНЫЕ. В ДРЕВНОСТИ ИГРА В СНЕЖКИ ПРОХОДИЛА КУДА СЛОЖНЕЕ И ИНТЕРЕСНЕЕ. ВЗРОСЛЫЕ И ДЕТИ СТРОИЛИ ИЗ СНЕГА ЦЕЛЫЕ ГОРОДА, БРАЛИ ИХ ПРИСТУПОМ, А СНЕЖКИ ИГРАЛИ РОЛЬ ОРУДИЙ И ЯДЕР. ПРИ ЭТОМ ГОРОДКИ СТРОИЛИ НАСТОЛЬКО ВЫСОКИЕ, ЧТО С НИХ МОЖНО БЫЛО СЪЕХАТЬ НА САНКАХ. СЕГОДНЯ ИГРА В СНЕЖКИ ОСТАЛАСЬ ЛИШЬ КАК ВОСПОМИНАНИЕ О ГРАНДИОЗНОМ ВЗЯТИИ СНЕЖНОГО ГОРОДКА. ЧЕМ ЕЩЕ МОЖНО ЗАНЯТЬ ДЕТЕЙ НА УЛИЦЕ?

## ЛЕПИМ СНЕГОВИКА И СНЕЖНУЮ БАБУ



МОЖНО ЛЕПИТЬ СНЕГОВИКА. ЭТА ИГРА ИМЕЕТ ОЧЕНЬ ДРЕВНИЕ КОРНИ. ДАВНЫМ-ДАВНО НАШИ ПРЕДКИ ИМЕЛИ ОБЫЧАЙ ЛЕПИТЬ СНЕГОВИКА, СОЗДАВАЯ ИЗ СНЕГА ИДОЛОВ, СИМВОЛЫ ЗИМЫ. СЕГОДНЯ ЭТА ИГРА ЗАБАВЛЯЕТ ДЕТЕЙ, В НЕЙ МОГУТ УЧАСТВОВАТЬ И НЕСКОЛЬКО ДЕТЕЙ, И 1–2 ЧЕЛОВЕКА. ЛЕПИТЬ СНЕГОВИКА НЕОБЫЧАЙНО ЗАНЯТНО. ДЕТИ ПРИ ЭТОМ МОГУТ ПРОЯВИТЬ ВСЮ СВОЮ ФАНТАЗИЮ. ТРАДИЦИОННЫЙ СНЕГОВИК ДЕЛАЕТСЯ ИЗ 2–3 СНЕГОВЫХ ШАРОВ, КОТОРЫЕ СТАВЯТСЯ ДРУГ НА ДРУГА. ГЛАЗА ДЕЛАЮТСЯ ИЗ ПАЛОЧЕК, ПУГОВИЦ ИЛИ УГОЛЬКОВ. НОС СНЕГОВИКА – ИЗ МОРКОВКИ. СНЕГОВИКУ МОЖНО ПРИДЕЛАТЬ РУКИ ИЗ ВЕТОЧЕК ИЛИ ПАЛОЧЕК, НА ГОЛОВУ ОДЕТЬ ВЕДРО ИЛИ СМАСТЕРИТЬ КАКУЮ-НИБУДЬ ШЛЯПУ. В ОБЩЕМ, КАЖДЫЙ ВОЛЕН ЗДЕСЬ ВОПЛОТИТЬ СВОЕ ВООБРАЖЕНИЕ, КАК МОЖЕТ. ЕСЛИ НА УЛИЦЕ НЕБОЛЬШОЙ МОРОЗ, ФИГУРА СНЕГОВИКА ПРОСТОИТ ЕЩЕ ДОЛГОЕ ВРЕМЯ, ПОТЕШАЯ ПРОХОЖИХ.

## КАТАНИЕ НА САНКАХ, СНЕГОКАТАХ, ПОДУШКАХ



В ЗИМНИЙ ПЕРИОД ИГРЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ НА УЛИЦЕ ПРЕДПОЧТИТЕЛЬНЕЕ ПОДВИЖНЫЕ, ЧТОБЫ МАЛЫШИ НЕ ЗАМЕРЗЛИ И ОДНОВРЕМЕННО ПОЛУЧИЛИ РАЗРЯДКУ, ПОДЫШАЛИ СВЕЖИМ ВОЗДУХОМ. ОТЛИЧНО ПОДОЙДЕТ КАТАНИЕ НА САНКАХ. ЧТОБЫ СЪЕХАТЬ С ГОРЫ, РЕБЯТА ДОЛЖНЫ НЕ ПРОСТО ПОДНЯТЬСЯ НА НЕЕ, НО И ЗАТАЩИТЬ НАВЕРХ САНКИ, А ЭТО ОТЛИЧНАЯ ТРЕНИРОВКА СИЛЫ НОГ И ДЫХАНИЯ. СЪЕЗЖАТЬ НА САНКАХ МОЖНО ВМЕСТЕ ПО НЕСКОЛЬКО ЧЕЛОВЕК. ЕСЛИ СЕВЕРНЫЕ НАРОДЫ ИСПОЛЬЗУЮТ СОБАК ИЛИ ОЛЕНЕЙ, ЧТОБЫ ДВИГАТЬ САНКИ ПО СНЕГУ, ТО В ШУТОЧНОЙ ИГРЕ ЭТУ РОЛЬ МОЖЕТ ВЗЯТЬ НА СЕБЯ ВЗРОСЛЫЙ ИЛИ ЛЮБОЙ ЖЕЛАЮЩИЙ. ЛЕД, КАК И СНЕГ, ПРЕДОСТАВЛЯЕТ ОГРОМНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ ДЕТСКОЙ ФАНТАЗИИ. ИЗО ЛЬДА МОЖНО ЛЕПИТЬ РАЗНООБРАЗНЫЕ ФИГУРЫ, ЗАЛИВАТЬ ЦЕЛЫЕ ЗАМКИ. ВОДА НА МОРОЗЕ ЗАСТЫНЕТ И ПРИМЕТ НУЖНУЮ ФОРМУ.



А ЧТОБЫ ФИГУРЫ ВЫГЛЯДЕЛИ ИНТЕРЕСНЕЕ, ДОБАВЬТЕ В ВОДУ НЕМНОГО ПИЩЕВОГО КРАСИТЕЛЯ ИЛИ РАЗБАВЬТЕ КРАСКИ. СНЕГ МОЖЕТ СТАТЬ ОТЛИЧНОЙ ПЛОЩАДКОЙ ДЛЯ РИСОВАНИЯ, И НЕ ТОЛЬКО ПАЛОЧКОЙ ИЛИ ВЕТКАМИ ДЕРЕВЬЕВ. РИСУНОК ЛЕГКО ДЕЛАЕТСЯ ЦВЕТНЫМ С ПОМОЩЬЮ ВСЕ ТОГО ЖЕ ПИЩЕВОГО КРАСИТЕЛЯ, СТОИТ ЛИШЬ ПОДСЫПАТЬ ЕГО ПО КОНТУРУ РИСУНКА.

## ДЕД МОРОЗ



ЭТА ЗИМНЯЯ ИГРА – РАЗНОВИДНОСТЬ САЛОЧЕК, ОНА ПРЕКРАСНО СОГРЕВАЕТ И ВЕСЕЛИТ. ВЕДУЩЕГО – «ДЕДА МОРОЗА» – ВЫБИРАЕМ С ПОМОЩЬЮ СЧИТАЛКИ И ВРУЧАЕМ ЕМУ В РУКИ «ПОСОХ», НАПРИМЕР ВЕТКУ. РЕБЯТА ПО КОМАНДЕ НАЧИНАЮТ БЕГАТЬ ВОКРУГ ВОДЯЩЕГО, А ОН СТРЕМИТСЯ ДОГНАТЬ КОГО-НИБУДЬ И НЕПРЕМЕННО ДОТРОНУТЬСЯ «ПОСОХОМ». ОСАЛЕННЫЙ САМ СТАНОВИТСЯ ВОДЯЩИМ, И НАЧИНАЕТСЯ НОВЫЙ ТУР ИГРЫ

