

Консультация для родителей «Весенняя прогулка с малышом»

Зима позади. Позади суровые морозы и метели. С первыми лучами весеннего солнца природа преображается. Температура неуклонно растет, повсюду слышны птичьи трели. Свежий воздух и ласковое солнце дают заряд бодрости и хорошего настроения, а весенняя природа – это лучший источник вдохновения для новых игр и познания окружающего мира ребенком. Солнце с каждым днём пригревает все сильнее и сильнее, на улицах становится светлее и гулять с малышами одно удовольствие. Но стоит помнить, что весна самое обманчивое время года и очень легко простыть на весеннем ветерке, но, тем не менее, это самое полезное и приятное время года для прогулок с детьми. Именно весной солнце вырабатывает много ультрафиолета, что крайне необходимо для детского растущего организма. Прогулки на свежем воздухе - это всегда интересное и полезное занятие. Куда пойти гулять?

Основной принцип выбора места прогулки с ребенком – поближе к природе и подальше от дорог и выхлопных газов. Весной он особенно актуален. Грязный снег на обочине – это не только испачканная одежда, но и риск для здоровья малыша. Поэтому маршрут прогулки лучше проложить по парковым зонам, аллеям или погулять в лесу, если это возможно.

В ходе прогулки ребенку можно рассказывать о птицах, чье пение слышится вокруг, об их привычках улетать и возвращаться с приходом весны.

Весенние прогулки не стоит отменять даже в том случае, если погода не радует солнышком.

Для начала следует просто принять как должное, что хотите вы или нет, но ребенок все равно залезет в самую глубокую лужу и найдет грязь пожирнее. Малыш хочет все познать, испытать на собственном опыте то, о чем предупреждает мама. Поэтому, запаситесь терпением и не ругайте кроху. Ведь это так интересно, как выглядит свое отражение в луже, как грязь прилипает к сапожкам. А как весело шлепать по воде руками и лепить кулички из мокрой земли!

Если вы не хотите, чтобы ребенок во время весенней прогулки бесцельно плюхался в грязи, покажите ему, что делать это можно с пользой. Малыш хочет копать? Предложите ему делать это под деревьями, где земля хоть немного прикрыта листьями и травой. Если ребенка как магнитом тянет к воде, то позвольте ему пройтись по лужам, покажите, как интересно пускать кораблики или просто травинки, палочки или листья по ручьям. Можно взять с собой на прогулку игрушки на радиоуправлении. Весна — отличное время, чтобы запускать радиоуправляемые вертолеты или самолеты.

Старайтесь не запрещать чаду экспериментировать, ведь это может привести к замкнутости и нерешительности ребенка в будущем. Позвольте крохе самому принять правильное решение, даже если в результате вы приведете домой чумазого ребенка. Пусть ваш ребенок растет здоровым, активным и счастливым!

Чем же занять ребенка на прогулке весной?

1. **«Посчитай птиц».** Весной природа оживает. И даже если листочки еще не успели появиться на свет, то птицы уже начали радоваться теплу и запахам, которыми богат весенний воздух. С ребенком, который умеет считать, можно поиграть в такую игру: кто заметит больше птиц за время прогулки. Закончить игру можно следующим образом: покормите птиц пшеном или специальным кормом.

2. **«Шаги лилипута».** В эту игру хорошо играть нескольким детям или всей семьей. Выберите цель и наметьте линию старта. Пусть играющие посоревнуются: кто быстрее пройдет дистанцию лилипутскими шагами (*это такие шаги, когда нога при шаге ставится вплотную к другой ноге*).

«Гигантские шаги». Смысл игры такой же. Однако теперь ребенок должен расставлять ноги так широко, как он только может (*взрослые же, могут слегка поддаться*).

3. **«Пускаем солнечных зайчиков».** Если погода солнечная, не забудьте прихватить с собой зеркальце. Малыш будет рад сделать день еще более солнечным, пуская солнечные блики на дома и деревья. Выберите какую-нибудь отдаленную цель и потренируйтесь, кто сможет запустить зайчика так далеко.

4. **«Пускаемся в плавание по луже».** Смастерите дома или прямо на прогулке кораблики, а затем запускайте их в ближайшей луже.

5. **«Пускаем пузыри ... в плавание!»** Пускать в плавание по лужам можно не только кораблики, но и мыльные пузыри. На воде они будут держаться дольше и переливаться всеми красками. Наблюдение за такими пловцами – сплошное удовольствие.

6. **«Ищем первые признаки весны».** Вооружитесь фотоаппаратом и отправляйтесь на поиски весны. Первые набухшие почки, оживленные пташки – все это первые знаки того, что весна уже близко.

7. **«Рисуем на асфальте».** Если асфальт сухой, самое время достать цветные мелки и нарисовать приглашение весне: солнышко, цветы и травку. Возможно, это ускорит приход тепла!

8. **«Охота за словами и буквами».** Если ребенок знает буквы, можно поиграть в игру, где ребенок и взрослый ищут вокруг предметы, которые начинаются на выбранную букву. Можно выбрать разные буквы. Например, Вы ищите слова на букву «а», а ребенок – на букву «м». Кто найдет больше предметов?

9. **«Развиваем скорость и координацию».** Эта игра очень известна. Правила просты: дети становятся между двумя ведущими, их цель – выбить игроков из центра с помощью мяча. Мяч лучше всего брать надувной, чтобы не повредить детей. Берите мяч побольше, тогда задача малышей существенно усложнится, а риск травм уменьшится.

10. **«Развиваем координацию».** Участники становятся напротив ведущего. Игра очень простая. Все дети, должны показать движения, обратные тем, что показывает ведущий. Например, если ведущий опускает руки, малыши должны их поднять, если ведущий приседает, дети должны подпрыгнуть и т. д. Если малыш ошибся три раза, он выбывает. Победителем становится тот, кто выдержит дольше всех.

11. **«Развиваем равновесие».** Для этого упражнения нужно поставить двух детей напротив друг друга на расстоянии 2-3 детских шагов. По сигналу, один стоя на одной ноге, вытянув ладони должен ударить по ладоням другого малыша. Суть игры – вывести из равновесия соперника. Тот, кто первый коснется земли – проигрывает.

12. **«Развиваем скорость движения».** Для этой игры Вам нужны мяч и мел. На асфальте нарисуйте круг диаметром примерно в 2 метра и обозначьте направления движения. Ребенок встает в центр и бьет мячом об землю, после он убегает по заданному направлению. Пока мячик делает 3 удара, малыш должен бежать. Выигрывает тот, кто дальше убежит. Это игра является групповой, но и может быть одиночной.

13. **«Развиваем прыгучесть».** Для этой игры нужно несколько игроков, следует поделить их на команды. На земле рисуется линия, с помощью которой будет измеряться длина прыжка. Место приземления нужно отмечать по пяткам. Нужно прыгнуть в противоположную сторону от отмеченного места, сделать это должен другой участник. Главная его задача – перепрыгнуть этот результат и прыгнуть дальше, тем самым зарабатывая балл своей команде. Выигрывает команда набравшая большее количество баллов.

Игры на свежем воздухе - всегда весело и увлекательно! Играйте со своим ребенком — это укрепляет взаимосвязь между родителями и детьми, а также способствует созданию более надежных доверительных отношений в семье. О том, что "солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья", мы помним с детства. Дело за малым - сделать так, чтобы и наши малыши росли в окружении этих верных "товарищей" с самых первых дней.

