



### **"Крепости"**

Мама с ребенком на лыжном склоне в кругу друзей и родственников  
ребенка привнесли ее снег в башню, затем соединили снеж-  
ки. Показывают, как на маляки и снежок по снегу, как он  
соединяется в большой комок. Потом покаывает малышу,  
как сплести большой комок из маляков.

### **"Следопыт"**

Мама идет по частному снегу, стараясь сделать шаг, а шаг  
можно меньше. Затем по ее следам отпрыскается ребен-  
ок. Его задача - повторить след в след.

### **"Дорожки"**

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

### **"Снежные горки"**

Мама предлагает ребенку собрать в горку снег сначала  
одной рукой, а затем другой. Потом они вместе срамава-  
ют, как горка больше. Можно проделать то же самое  
руками.



### **"Ледяные дорожки"**

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

Более смелой и привлекательным вариантом для малыша мама берет ребенка за руки с двух сторон и прокатывает его по ледяной дорожке.

### **"Барьеры"**

Мама лопаткой собирает снег и превращает его в барьеры различной величины. Малыш быстро перебарывает все барьеры, не задев их.

### **"Детский хоккей"**

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

### **"Скати с горочки"**

Мама сооружает небольшую, но крутую горку и делает несколько ледяных снежков. Малыш должен скатывать с

горки все снежки по очереди, не уронить, не уронить и не раздавить ни одного. Можно катать с горки любимую игрушку на маленьких санках.



### **"Зайка беленький сидит"**

Если мама или папа, или ребенок не умеет подражать, можно предложить ему поделаться или попрыгать. Очень нравится детям подвижные игры с веселым сюжетом. И здесь участвуют мама и ребенок, но можно предложить и соорудить представлять себе зайчикам. Мама умна и самостоятельна. Ребенок выполняет задания, с которыми она играет.

*Зайка беленький сидит и ушами шевелит,*

*Вот так, вот так он ушами шевелит.*

*Зайке холодно сидеть – надо зайке поскокать,*

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

*Зайке холодно сидеть, надо зайчонку прыгнуть,*

*Вот так, вот так, надо зайчонку прыгнуть.*

*Зайку кто-то испугал? Зайка – прыг – и убежал!*



Выходя с ребенком на прогулку, не надо забывать брать с собой разные игрушки. Это могут быть лопатки, ведерки, формочки, кружечный самосвал, мячик, санки, лыжи, катушки – ледяник. Все игрушки должны быть пластмассовыми, легко мыться.



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

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

*Удачи вам,  
уважаемые родители!*

*Частыми болезнями являются ОРВИ, ОРЗ, грипп – так и называются болезни (не путать) малышей, переболевая, они учатся и становятся. Простуды – это не только помехи в воспитании и радости общения. Если продолжать играть на прогулке с малышом в парке, то постепенно он будет чувствовать себя бодрым и активным, узнает много нового, а мама разделит радость игры со своим ребенком.*

*Уверены, если ребенок зимой находится на свежем воздухе до четырех-пяти часов в день. Нужно постепенно приучать малыша выходить на улицу в любую погоду, даже при температуре воздуха -10 - 15 градусов С. Продолжаться активность прогулки в таком случае сокращается до 40-60 минут. Все зависит от самочувствия ребенка, степени его заболеваемости, подвижности, от того, как он переносит мороз, ветер, влажность воздуха.*

*Самые интересные игры не будут интересны вашему малышу, если вы оденете его не по погоде. Одевать малыша надо так, чтобы он мог активно двигаться и при этом не замерзнуть.*

*Перешагнув двухлетний "рубеж", ребенок становится гораздо активнее, любопытнее и самостоятельнее. В*

*этом возрасте движущаяся игрушка обретает уверенность, он хорошо ходит, бегает, прыгает. Мы предлагаем несколько карнавальных игр, которые помогут ребенку не скучать и не мерзнуть на прогулке, одновременно развивая у него ловкость, выносливость, координацию движений.*



### **"С кочки на кочку"**

Мама держит на снегу руки ребенка размером 10-15 см. Расстояние между руками - 40-50 см. Мальчику надо прыгать с кочки на кочку, то есть прыгать круги и круги. Девочка может надблизиться к маме обеими ногами, прыгать, согнув ноги в коленях, гоним прыжок.

### **"Сбеги с горочки"**

Мама предлагает ребенку забраться на небольшую горку с пологим склоном, а потом спежкить вниз, а мама рядом.

### **"Меткий стрелок"**

Вместе с малышом мама делит куличками и снежки, строит их в ряд, помещает друг на друга, учить малыша лепить снежки, предлагает снежком сбавить кулички. Мама должна показывать пример своему ребенку: вместе с ним кидать снежки и стараться попасть в цель.

### **"Катание с горки"**

На детском склоне малыш время от времени катается на санках. Мама учить его правильно направлять санки с горки.

Для самостоятельных поездок малышу 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

