**Рекомендации для родителей**

**на тему «Как организовать детские зимние игры и забавы»**

**Известно, что для физического развития и укрепления организма детям необходимо как можно больше времени проводить на свежем воздухе, и зима – не исключение из этого правила. А чтобы холод принес пользу и не помешал детям получать удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом.**

* **Прежде всего выберите для зимних игр и забав утрамбованную площадку; следите за тем, чтобы во время игр более интенсивные движения сменялись более спокойными.**
* **По возможности используйте для игр снежные постройки: горки, ледяные дорожки, валы, лыжные трассы и специальный инвентарь для игр со снегом: лопатки, санки, листы фанеры, пластик для построек, печатки на снегу, подстилки для скольжения с ледяных горок и др.**
* **Не предлагайте ребенку игр, в которых нужно долго и интенсивно бегать, чтобы он не вспотел (для бега нужно ограничивать пространство).**
* **Исключите из игр трудновыполнимые движения**
* **Старайтесь проводить игры со снегом в теплую погоду, когда он мягкий; обеспечьте ребенка непромокаемыми варежками.**

**Только зимой можно использовать в играх такой замечательный строительный материал, как снег.**

* **После снегопада снег постарайтесь сгрести и порыхлить, чтобы детям было легко его копать.**

**Игры со снегом для детей среднего возраста**

**Детей стоит познакомить с новыми способами обработки снега: на слежавшемся снегу начертите разные фигуры (круг, треугольник, квадрат и т.д.); предложите ребенку по линии надрезать снег и снизу осторожно вынуть получившуюся фигуру.**

**Если эти фигуры слегка смочите водой, то получится хороший строительный материал, из которого можно соорудить любые постройки.**

* **Предложите детям самостоятельно слепить мелкие фигуры, построить снежный городок, а затем организовать в нем зимний праздник, используя спортивные игры, лыжные эстафеты, гонки на санках.**
* **Разнообразьте детское катание с горки с помощью игр-упражнений, которые можно выполнять в двух вариантах.**

***I вариант***

* **Вдоль ската горки через равное расстояние установите предметы (флажок, палку и др.) и дайте ребенку задание: съезжая с горки на санках, запомнить как можно больше предметов.**

***II вариант***

* **Предложите детям бегать по определенному маршруту. На протяжении всего расстояния (30 м) установите различные предметы, которые ребята должны запомнить. Упражнение выполняется по аналогии с первым вариантом.**
* **Проведите игру «Угадай, чьи следы»:**
* **заранее с помощью трафарета нанесите следы (человека, кошки, птицы, и т.д.), рассмотрите их с детьми и предложите им определить, кому они принадлежат;**
* **предложите детям оставить свои следы на снегу, сравнить их с другими  следами.**
* **Организуйте зимние игры с элементами соревнования.**
* **Старайтесь разнообразить виды детских игр в снежки. Это могут быть:**
* **метание в неподвижную вертикальную или горизонтальную цель (круг, обруч, корзину, стенд и т.д.);**
* **метание в движущуюся цель (игры «Догонялки», «Салки»).**

**В таких играх не только совершенствуются двигательные навыки детей, но и оцениваются индивидуальные и командные результаты игры (например, какая команда первой займет снежную крепость).**

**Детские зимние игры и забавы на свежем воздухе способствуют физическому развитию ребенка, закаливанию его организма, укреплению детского здоровья.**