***Статья на тему: «Зимние забавы».***

Вот и наступила наша любимая зимушка-зима. Прогулка в детском саду зимой не только прекрасное время для развлечений на открытом воздухе, но и замечательный способ оздоровления. Во время прогулки дети получают заряд бодрости и хорошее настроение, к тому же совместная деятельность развивает социальные навыки и воспитывает дружелюбие, чувство ответственности.

Поэтому мы постоянно работаем над тем, чтобы наши дети с удовольствием шли гулять. Детям интересно на свежем воздухе, когда они заняты. Скука приходит тогда, когда ребята остаются без дела. Разнообразие игр, наблюдений, упражнений, труд увлекает детей: они порой забывают о времени. Познав радость и удовольствие от предложенной им деятельности, они уходят с прогулки с желанием продолжить её.

Дети очень любят спортивные игры и упражнения которые способствуют физическому развитию растущего организма. Физическая нагрузка совершенствует деятельность основных физиологических систем организма (нервной, сердечнососудистой, дыхательной, улучшению физического развития, физической подготовленности детей, воспитанию положительных морально-волевых качеств. Спортивные игры и упражнения способствуют воспитанию положительных черт характера, создают благоприятные условия для воспитания дружеских отношения в коллективе, взаимопомощи.

Самые известные спортивные упражнения зимой, которые мы используем в своей работе с детьми – это катание на санках, скольжение по ледяным дорожкам, ходьба на лыжах, также спортивная игра хоккей. Зимние забавы наших детей – снежки, лепка из снега, штурм снежной крепости, катание на ледянках с горки, подвижные и сюжетно-ролевые игры.

Детям очень нравится наблюдения за природными явлениями, ставить опыты используя воду и снег. Воспитываем наблюдательность, фантазию. Подкармливая птиц и белочек на нашем участке мы воспитываем в наших детях доброту, отзывчивость.

Отличительная черта наших зимних прогулок – их эмоциональность, подвижность, насыщенность. Положительный эмоциональный настрой является важной предпосылкой здоровья, предупреждает различные заболевания, поддерживает интерес к физическим упражнениям, к прогулке. Радостное настроение продолжает владеть детьми и после прогулки

Зимние забавы

Стоит только увидеть за окном яркие лучи солнца, переливающиеся в ослепительно белых сугробах – сразу тянет одеться потеплее и выскочить на улицу, тем более, если там мягкий приятный морозец и отличная безветренная погода. Но ходить просто так довольно скучно, а вот зимние забавы на улице помогут вам взбодриться и получить заряд энергии на много дней вперед.

Зимние забавы чаще всего относят к числу  детских, однако в средневековой Европе, в которую уходят корни игры в снежки, катание на коньках, санях и лыжах, скорее были забавами для взрослых. Да и в России, катания на санях и коньках Чеховым и Толстым описываются как удовольствия для взрослых.

Игра в снежки

Очень легкой и любимой всеми издавна была забава кидать снежки. Как только выпадал снег, дети с радостью лепили снежные шарики и шутливо кидали их друг в друга. По желанию придумывали правила, чтобы играть было еще веселее. И по сей день, когда на улице падает первый снег, мы сразу замечаем забавных детишек, радующихся, и запускающих снежки вдогонку другу.

Снежная крепость

Сначала необходимо было построить из снега крепость. Потом играющие делились на две команды: нападающие и защитники. Это был как настоящий бой, а сторона защиты изготавливала различные орудия для обороны, использовали даже метлы, или могли высыпать из чаши снег на противников.

Рисование на снегу

Одно из самых безопасных зимних развлечений для детей является рисование на снегу. Существует несколько вариантов его проведения:

* рисование по снегу палочкой;
* рисование красками по снегу кисточкой;
* рисование подкрашенным снегом (для этого можно использовать баллончики с краской или подкрашенную заранее воду);
* рисование своими следами (рук и ног);
* рисование телом или игра «снежные ангелы», для этого надо упасть в снег на спину и с помощью движений рук и ног нарисовать фигуру.
* рисование снегом на деревьях, заборах или стенах домов.

Катание с гор

Одна из самых веселых и увлекательных зимних забав на улице – катание с гор. Вы можете спускаться с горы не только на ледянке, но и на любом подходящем хорошо скользящем предмете, например, на куске линолеума или картонке. Еще более захватывающий спуск вас ожидает с высокой горы на «ватрушке» или санках, но такое катание доступно далеко не везде – только там, где позволяет ландшафт.

Как вы убедились, существует много способов весело и приятно провести свободное время зимой, стоит только проявить фантазию, а после прогулки устройте дома продолжение этого праздника. Заварите крепкий чай, поставьте на стол вкусные угощения и вспомните, как весело вы провели время на свежем воздухе.

Активный отдых детей зимой

Зимой, как и в теплое время года, ребенку важно бывать на свежем воздухе. Активный отдых в это время—важная составляющая переохлаждений и заболеваний – ребенку необходимо двигаться, для чего нужна удобная одежда и обувь.
Снег является прекрасным «полем» для игр – катание на санках, коньках, лыжах, построение огромных баррикад и ледяных лабиринтов, «снежные» бои и многое другое. И чтобы наши малыши не отсиживались в теплых квартирах в зимние морозы, давайте вспомним игры для детей зимой на улице, благодаря которым можно весело провести время и оздоровиться. Играя в подвижные игры вместе с ребенком вы сможете увеличить продолжительность прогулки, и не заметите, как пролетело время и не успеете замерзнуть, что особенно важно при низких температурах в нашем суровом климате.
Общеизвестное зимнее развлечение детей с самого младшего возраста это санки. Ребенок может всю прогулку увлеченно заниматься только одними санками - не только кататься с горки, но и бегать с ними, толкать, возить кого-либо и др.
Так же кататься с горки можно не только на санках - для этой цели прекрасно подходят, например, кусок линолеума, пакет набитый снегом или кусок картона, они очень хорошо скользят с горы, позволяя развивать приличную скорость. Это совсем легонькие «санки», и ребенку не составит труда отнести их до ближайшей горки, где он сможет покататься.
Если снег влажный, то самое время поиграть в снежки или в стрельбу по мишеням, ведь ребенок будет много двигаться и при этом не придется бегать на далекие расстояния, а вдобавок малыш разовьет меткость и отшлифует координацию движения. Вначале следует налепить боевые снаряды, заготовив достаточное количество снежков и начать «обстрел» неживых мишеней. Целью может быть, к примеру, дерево, круг нарисованный снегом на стене дома и т.д. Начать можно с простых мишеней и постепенно усложнять задачи.
Когда толщина снежного покрова достигает 15 сантиметров или более того, в нем можно прорывать снежные лабиринты и туннели. Помогите вашему ребенку сделать план лабиринта, который он захочет соорудить в снегу на искусственном или естественном склоне. Когда лабиринт будет готов, полейте его водой и сделайте так, чтобы поверхность внутри него была очень гладкой. Теперь по дорожкам сооружения можно катать игрушки или мячики. Когда собирается несколько детей, они могут построить лабиринты и катать по их дорожкам все, что угодно. Интересно играть в догонялки в большом снежном лабиринте. Для большей забавы можно просто так рыть в снегу туннели-лабиринты, а для малышей - туннели, в которых легко спрятать какие-нибудь игрушки или играть в прятки.