



### **Зимой снег играм не помеха.**

Игры и забавы — это прекрасный способ развивать фантазию, интерес, выносливость, креативное мышление в ребёнке. Однако прежде, чем это произойдёт с ребёнком, свою находчивость придётся проявить родителям.

Часто бывает, что родители совсем «забеганные», а их выдумка ограничена стереотипами и усталостью. Это может быть справедливо для любого времени года, а игры зимой осложняются ещё и погодными условиями. Порой может показаться, что стоит выйти зимой на улицу, как замёрзнешь и погрузнеешь. Не нужно поддаваться таким упадническим мыслям — зимние игры дарят не только бодрое настроение, они служат хорошим материалом для творчества, для изучения многих явлений, для физического и психического развития ребёнка. А, кроме того, зимой это хорошая профилактика простудных заболеваний для всей семьи.

Температура, количество снега, насколько хорошо он лепится — многие факторы влияют на то, какими будут игры зимой. Иногда и грядущие зимние праздники могут подсказать, во что поиграть. Практически все наряжают ёлку к Новому Году. А если предложить ребёнку сделать сказочный наряд для живой ёлки во дворе или в парке? Он уже знает, как замерзает вода? Для изготовления украшений понадобятся формы для заморозки льда. А для

подвешивания этих льдинок, нужно в каждую перед заморозкой вставлять петельку из нитки или тонкой проволоочки. Чтобы сделать их разноцветными, в воду добавлять краситель — акварель, гуашь, пищевой краситель. Из таких же кристаллов можно изготовить колё для снежной бабы.

А как разнообразны подвижные зимние игры! Например, катание по льду. Это зимняя игра помогает развитию всей опорно-двигательной и мышечной системы, вестибулярного аппарата, координации движений, развивается психологическое чувство равновесия и уверенности в себе. Не обязательно идти на каток — ледяную горку или дорожку можно найти или раскатать во дворе, конечно, не на проходе. Если карапуз ещё мал, родители во время скольжения могут придерживать его с двух сторон, затем с одной. Когда появится твёрдость в ногах можно приступать к выполнению «фигур высшего пилотажа»: приседать во время скольжения, бросать и ловить снежки, подбирать прутьики, расставленные вдоль пути «трассы».

Очень хорошо помогает придумать игры зимой снег. Самое хождение по нему, особенно по чистому нетронутому, уже есть и зимняя игра, и развитие координации движений. А если снег глубокий, то это просто аттракцион острых ощущений. Предложите маленькому следопыту ходить след в след — это наверняка ему понравится. А для более старших есть другой вариант зимней игры — прыжки след в след. Будьте с ним по очереди ведущими. И, конечно, следует соотносить свои и его шаги. А предела для придумывания зимних игр на меткость практически не существует: цель можно устанавливать и на вертикальной поверхности, и на горизонтальной, и где-то сверху, как в баскетболе. Для попадания снежком потребуются хорошенько рассчитывать положение цели, силу и направление броска. Это развивает глазомер, ловкость и силу.

Спортивные зимние игры тоже несут в себе массу положительного. Хоккей, фигурное катание, беговые лыжи укрепляют весь организм: способствуют развитию мышц, дыхательной, нервной, сердечно-сосудистой систем, укрепляют опорно-двигательный аппарат. Часто дети хотят заниматься в секциях или спортшколах. Каждый вид спорта требует наличия

определённых наклонностей, способностей, характера и темперамента, поэтому ребёнок часто предпочитает какой-то один вид спорта. Так, например, хоккей требует бойцовского характера, некоторой даже задиристости, и тихим ребятам это может не понравиться. Не стоит в такой ситуации переубеждать, настаивать на перемене выбора ребёнка. Пусть он сам делает выбор. Стоит так же помнить, что секция и школа дают разную нагрузку и физическую, и психологическую.

Материал подготовила Найденева Анастасия Андреевна,  
воспитатель.