**«Зимние забавы активный отдых в семье».**
Вспомните, как радовались мы первому снегу, пытаясь ладошкой, одетой в пушистую варежку, поймать падающие снежинки. С каким удивлением, восхищенно рассматривали мы необычный рисунок благосклонно посетившей нас небесной странницы. А морозные узоры на окнах, этот необыкновенный подарок зимы, который мы изо всех сил старались запомнить, и, водя застывшим пальчиком по стеклу, пытались повторить его замысловатые изгибы...
Многие из нас, живущих в больших городах, лишены элементарной возможности поиграть в снежки, вдоволь повозиться в снегу, слепить из снега несложную скульптуру или построить снежный городок. А ведь это всегда было традиционной забавой в зимнее время года.
Сегодня картина иная. С работы возвращаемся поздно, сильно устаем, а надо еще зайти в садик за ребенком, успеть купить продуктов в магазине, и что-то приготовить на ужин. С утра дворники разметут весь снег, и к следующему вечеру на чистом асфальте от него не останется и следа. Какие уж тут снежки и игры! Но не забывайте, что у вас остаются еще и ваши законные выходные. И если они пришлись на ясный, солнечный, погожий зимний денек, не раздумывайте ни секунды поскорее вытаскивайте запылившиеся лыжи, собирайте все необходимое, и в лес, на природу.
Вряд ли стоит забираться слишком далеко, тратя на дорогу драгоценное время. Вполне достаточно, парковой зоны, расположившейся неподалеку от вашего дома, лесополосы или просто небольшой горки поблизости. Да все что угодно, выбирайте любые, даже самые непритязательные условия, лишь бы не сидеть дома в выходные, уныло глядя в телевизор да изредка выглядывая в окно. Вариантов может быть огромное множество, в зависимости от ваших возможностей и желаний. Можно навестить свой дачный участок за городом, выбрать неплохое местечко в лесу для катания на лыжах. Зимой самое время поучить ребенка кататься на коньках. И для него будет огромной радостью, если первым шагам на льду его научите именно вы.
Зимние прогулки должны быть насыщены активной физической деятельностью, движением. Даже если вы решили просто расчистить во дворе дорожки от снега, ребенок не должен неподвижно наблюдать за вами. Вручите и ему маленькую лопатку, пусть помогает в меру своих возможностей. Самой большой радостью для детей во время зимних прогулок, конечно же, является лепка снежной бабы или снеговика. Не упустите того момента, когда снег отлично лепится, собирайтесь и бегом во двор вместе с ребенком. Только не забудьте заранее прихватить морковку. Вообще из снега можно слепить все, что угодно. Главное — это свежий воздух и общая атмосфера радости и веселья. А ваш малыш будет просто счастлив, покататься на санках даже с самого незначительного бугорка. Детям тесно в квартирах, и хотя бы иногда нужно проводить с ними весь день на воздухе.
Малыш наберется впечатлений, которые можно использовать во время индивидуальных занятий с ним. Спустя какое-то время, он с удовольствием изобразит на бумаге самые яркие моменты выходного дня, ему будет, чем поделиться со сверстниками.
Итак, даже если на улице зима, провести семейный досуг на свежем воздухе Вам теперь точно захочется. А уж воспоминаний после такого выходного дня у ребенка хватит надолго, может быть — на всю жизнь!

**«Зимние игры и забавы».**
Зима любимое время года детей. Постарайтесь, чтобы ваши дети получали удовольствие от зимы, поэтому как можно раньше объясните им, что если выпал снег, это вовсе не означает, что они должны оставаться дома - но, конечно, для прогулок у них должна быть подходящая верхняя одежда, чтобы они не замерзали и всегда оставались сухими. Не секрет, что для физического развития, 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 малышам получить удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом. Необходимо лишь следить за тем, чтобы более интенсивные движения сменялись более спокойными. Санки и снег неразделимы. Придумайте разные забавные способы катания.
Кататься с горки можно не только на санках - для этой цели прекрасно подходят, например, ледянки, снегокаты.
Подберите специальные игры, задания, забавы, подходящие для зимних условий. Ведь только зимой есть снег, лед, ледяные дорожки! Не упускайте возможность использовать снежные постройки: горки, ледяные дорожки, валы, - лыжные трассы и специальный инвентарь для игр со снегом: лопаты. Итак, для зимних игр и забав необходимы следующие условия:
не предлагайте игр, где нужно долго и интенсивно бегать, чтобы дети не вспотели (для бега нужно ограничивать пространство);
игры со снегом следует проводить в теплую погоду, когда снег мягкий;
для игр со снегом рекомендуются непромокаемые варежки;
зимние игры, забавы, развлечения проводятся на утрамбованной площадке.
"Поиск клада"
Эта увлекательная игра требует небольшой подготовительной работы. Вам надо будет заранее купить в ближайшем магазине "клад". Это может быть угощение (маленькая шоколадка, конфетка), игрушка или сувенир. "Сокровище" нужно положить в непромокаемую коробочку (пакетик) и спрятать под снегом в определенном месте. Лучше всего прятать клад в лесу, в парке или во дворе собственного (частного) дома (дачи). По заданию ребенок должен найти клад, руководствуясь вашими подсказками. Подсказки могут быть простые, например, горячо-холодно или более сложные: сделай два шага налево, потом три шага вперед и т.д.
"Снежная крепость"
Дети любого возраста с радостью увлекаются постройкой снежных крепостей. Нам не раз приходилось наблюдать, как безумно счастливые мальчишки целый день напролет проводят за постройкой своих "грозных" крепостей. Ваша задача - проследить за тем, чтобы сооружение крепости началось в тихом месте, где у нее будет шанс сохраниться в течение нескольких дней, а не где-нибудь на дороге или у крыльца дома. Предложите вашим снежным архитекторам такое место, куда меньше попадают прямые солнечные лучи, иначе цитадели будет грозить опасность слишком быстро растаять. При постройке крепости некоторые дети любят использовать ведерко, набивая в него снег; другие, чтобы построить стенку, делают большие снежные шары и, спрессовывая, кладут их один на другой; иные же просто прыгают в середину сугроба, прорывая в нем ходы, и там прячутся. Крепость можно построить не только из снега, но и изо льда.
Подвижные игры.
Чтобы согреться в морозный день на улице, как нельзя лучше подойдут подвижные игры на свежем воздухе. Конечно, катаясь с горки на санках или ледянке, ребенок постоянно двигается, поэтому вряд ли замерзнет. Но если ему надоест это занятие, то предложите группе детей поиграть в футбол на снегу.
"Зимние вышибалы"
С любимой игрой можно не расставаться и зимой, сменив мяч на снежки. Невысоким снежным валиком обозначается круг диаметром 4-5 м. В нем собирается группа играющих. Водящий становится на расстоянии 2-3 м от круга, на этом расстоянии он может передвигаться вдоль него. В руках у него – корзинка со снежками. По сигналу водящий старается попасть в кого-нибудь из увертывающихся в кругу игроков. Когда из круга выбывают все, водящий меняется на первого выбывшего. Выигрывает тот, кто, «очистив» круг, обойдется минимальным запасом снежков. Кстати, эта игра обычно увлекает и взрослых. Начните, чтобы показать детям пример – и, возможно, не захотите прекращать.
"Кто дальше?"
Играющие становятся в шеренгу, в каждой руке у них по снежку. По команде взрослого «Бросай!» - все одновременно стараются бросить снежок как можно дальше по направлению к забору, дереву или другому ориентиру. Чей снежок пролетит дальше других, тот считается выигравшим.