**Консультация «Игры на зимней прогулке для детей 3–4 лет»**

Пребывание на свежем воздухе имеет большое значение для физического развития ребёнка. Прогулка является доступным средством закаливания организма, так как во время её проведения дети много двигаются. Движение усиливает обмен веществ, кровообращение, улучшает аппетит.

Чтобы ваша совместная с ребёнком зимняя прогулка принесла не только

пользу, но и доставила радость и много приятных впечатлений, заранее можно запланировать, чем вы будете заниматься.

Ниже представлена картотека зимних игр.

**Снежный ангел**

Когда вы в последний раз позволяли себе от души поваляться в снегу? Ребенок может стать таким же проводником в детство, как вы для него — в самостоятельную жизнь. Малыш точно оценит возможность полежать на белом пушистом покрывале. Главное — потеплее одеться. А чтобы сделать это занятие еще веселее, добавьте в него элемент творчества — превратите следы на снегу в белоснежных ангелов.

Нужно лечь на спину и поводить руками и ногами вдоль поверхности. Руками машем вверх и вниз, чтобы получились большие красивые крылья. Ноги раскидываем в стороны, а потом сводим вместе — так отпечаток будет напоминать длинное ангельское платье. Чтобы сделать идеального ангелочка, важно аккуратно встать. Помогите малышу подняться так, чтобы не затоптать контуры.

**Следопыт**

Сделать прогулку еще занимательнее помогут обычные следы. Точнее, обычные они только для нас, взрослых, а для ребенка это целое поле для изучения. Особенно если вы гуляете по парку, где кроме отпечатков человеческой обуви можно увидеть следы, оставленные птицами, собаками и белками.

Предложите маленькому следопыту отгадать, кто бродил по заснеженным дорожкам до вас. Можно придумать истории о людях и животных, чьи следы попадутся на вашем пути. Пусть ребенок придумает им характеры, расскажет, куда они направлялись, что делали.

Перед завершением прогулки побегайте вместе по снегу, чтобы оставить отпечатки собственных ног — это будет ваш привет тем, кто пройдет здесь после вас.

**Зимние тропинки**

Еще одна простая игра на развитие фантазии.

Покажите малышу, какие интересные и разнообразные фигуры можно создавать на снегу с помощью следов. Пройдите по прямой, плотно прижимая пятку к середине второй стопы при каждом новом шаге — получится елочка (или косичка, как вам угодно). Перемещайте ноги параллельно друг другу — тогда отпечатки будут напоминать лыжню.

Предложите ребенку повторить ваши следы или придумать свои. Еще один способ повеселиться для малыша — попытаться пройти по вашим следам. Это станет настоящим вызовом для маленьких ножек.

**Скульпторы**

Одно из самых любимых занятий детей зимой - лепить из снега. Из снега можно слепить все, что угодно: колобка, черепаху, башню, крепость.

**Художники**

Приготовьте пластиковую бутылку с подкрашенной водой и две крышки. Одной крышкой закройте бутылку, чтоб удобнее было нести, во второй делаем отверстие. На прогулке меняем крышки. Инструмент для зимнего рисования готов.

Также можно поиграть в такие **игры,** как:

* **Игра в «Догонялки».**
* **Рисование на снегу палочками различных фигур.**
* **Катание на санках по ровной поверхности и с небольших горок.**
* **Игра «Змейка» (вместе с малышом обходите снежные преграды и деревья.)**
* **Бросание снежков вдаль.**

В конце прогулки можно использовать **малоподвижные игры**, чтобы помочь организму плавно перейти в режим отдыха. Например:

* «Полёт снежинок» (плавно кружится и приседать);
* «1,2,3 – на месте замри»;
* «Большие и маленькие шаги».

Преимущество зимней прогулки состоит в том, что на улице ребёнок может сделать множество движений (на снегу), которые опасно выполнять дома и в другом помещении. Падения на снегу будут менее травмоопасны, чем на полу дома. Используйте возможности зимней прогулки максимально. Двигайтесь с ребёнком на протяжении всей прогулки.

Играйте с ребёнком вместе, веселитесь и тогда в вашей семье будет расти крепкий, любознательный малыш!