



Консультация для родителей

"Увлекательные прогулки"

**Подготовила:
Сосновская Ю.Е.,
воспитатель
подготовительной группы №1
1 категории**

Все родители гуляют со своими детьми. Малышам нужен свежий воздух. Прогулки на природе - часть развития каждого ребенка. Прогулки помогают расширить кругозор, интеллектуальные способности и просто благоприятно воздействуют на здоровье ребенка. Однако веселее станет родителям и детям, если организовать игровые или развивающие занятия, а не бесцельно наматывать километры вокруг дома.

Собираясь на прогулку нужно помнить о погодных условиях и выбирать одежду по погоде, чтобы ребенок не чувствовал дискомфорта. Кроме того, если планируются энергичные прогулки, то лучше использовать старую одежду, которую малыш может случайно порвать или запачкать. Если погода не радует солнышком, или кругом мокрый асфальт, стоит надеть непромокайки. Родителям рекомендуется участвовать в уличных играх, это поможет снять стресс и улучшить настроение.

Можно разнообразить прогулку с ребенком и сделать ее полезной не только для здоровья, но и развития, а также общения родителей с детьми.

Учимся читать

Ребенку постарше можно предложить поиграть в "музей живой природы", пусть он правильно расставит карточки с надписями перед "экспонатами" (деревья, цветы и т.д.).

Если ваш малыш еще не умеет читать, помогите ему: "Где тут у нас одуванчик? Отнеси-ка к нему подпись! " "Вот я пишу: "сосна ", а ты поищи пока, куда ее прикрепить ".

Трёхлетний с удовольствием примет участие в сборе гербария летом или коллекции семян зимой. Все образцы вы потом вместе рассортируете, оформите и подпишете.

География и астрономия

На прогулке легко изучать основы географии и астрономии. Прихватите с собой компас и объясните ребенку, как определять стороны света, заодно расскажите, как ориентироваться без компаса.

Детям в четыре-пять лет уже можно рассказать, как пользоваться планом и картой местности. Прекрасно, если вы сможете отправиться в настоящий маленький поход, заранее определив маршрут с помощью карты.

Зимним вечером или на юге, когда небо ясное и усыпанное звездами, попробуйте найти на небе Полярную звезду, Большую Медведицу, другие созвездия. Покажите ребенку Луну в различных фазах, расскажите об их смене. Найдите открытое место, где хорошо видно закат. Это зрелище потрясет даже самых крохотных малышей.

Даже если вы что-то не знаете или забыли, не отказывайтесь от такого общения с вашим ребенком. Загляните в детские энциклопедии, посмотрите в Интернете. Найти ответы на детские вопросы будет несложно.

Птицы и насекомые

Первые дикие птицы, с которыми знакомится маленький горожанин, это голуби, воробьи, снегирь и синицы. Прихватите крошки для уток и голубей, сделайте в парке кормушки. Приучите ребенка тихо-тихо наблюдать за птицами. Приходите регулярно на одно и то же место. Ранней весной можно посмотреть, как селезни ухаживают за уточками, летом полюбоваться утятами, осенью понаблюдать, как утки готовятся к отлету, а заодно и вспомнить сказку «Серая Шейка».

Разыщите муравейник и понаблюдайте за его обитателями, расскажите ребенку, какие муравьи трудолюбивые, как они живут большой дружной семьей. Если вы возьмете с собой лупу, можно осторожно рассмотреть муравья или другое насекомое. Только ни в коем случае не разрешайте ребенку мучить насекомых и птиц. А вот гусеницу вполне можно прихватить домой, посадить в банку и попробовать превратить ее в бабочку. Обязательно обратите внимание, на каких листьях гусеница сидела: ими ее и надо кормить.

Математика

Иногда на прогулке можно заняться и математикой. Ну где, как не в лесу осваивать понятие десятка? Соберите, к примеру, несколько десятков шишек или камешков, разложите их по заранее припасенным коробочкам или просто на крупных листьях - вот вам и математическое пособие.

Песчаные и асфальтовые площадки подойдут для занятий геометрией. Можно чертить палочкой или мелом, а если соберется несколько детей вместе, предложите им самим превратиться в геометрические фигуры: протягивая друг другу веревочки, дети смогут составить треугольник, квадрат, ромб.

Если вы захватите из дома рулетку или складной метр, можно заняться измерением расстояний, расчетом периметров и площадей (например, площадки для строительства замка).

Приготовьте сосуды различного объема, чтобы пересыпать и измерять количество различных жидкостей и сыпучих тел, можно взять еще и безмен. Песочница или берег пруда - идеальное место для изучения понятий много-мало, тяжелый-легкий, жидкий-твердый. Игры с песком, водой, мелкими камушками и шишками укрепят пальчики ребенка, разовьет мелкую моторику.

Рисование

Время от времени, но не очень часто, чтобы не надоело, возьмите на прогулку бумагу и краски или карандаши. Не часто удастся побывать в роли "художников на этюдах".

Объясните ребенку, как делать наброски растений, животных, людей, рисовать пейзажи. Пусть рисует, как ему хочется, - не требуйте полного сходства. Попробуйте начать рисовать вместе с ребенком, а потом устройте выставку вашего с ним творчества. С ребенком можно порисовать и на асфальте. Для этого понадобятся разноцветные мелки. Можно придумать какую-нибудь тему, вместе нарисовать тематический рисунок.

Физкультура

Если на площадке много детей, то самое время заняться развитием физических навыков.

Развиваем скорость движения.

Для этой игры потребуется мяч любого размера и мел. На асфальте мелом рисуется окружность диаметром приблизительно 2 метра и обозначается направление движения. Ребенок становится в центр круга и бьет мячом об землю. После этого ребенок должен выбежать из круга по заданному направлению. Пока мяч сделает три удара, нужно успеть убежать как можно дальше. Конечно, эта игра групповая и тот, кто убежит дальше всех – тот и победил.

Развиваем равновесие.

Двоих детей ставим друг напротив друга на расстоянии 2-3 шагов (детских!). По сигналу ведущего, стоя на одной ноге и выставив вперед ладошки, игроки стараются ударить по ладоням соперника. Цель – вывести противника из равновесия. Тот, кто первый коснется земли второй ногой – проигрывает.

Развиваем скорость и координацию.

Эта всем известная игра называется «вышибалы». Правила просты: дети стоят в середине, между двумя ведущими, цель ведущих – выбить игроков из центра с помощью мяча. Только мяч лучше всего брать легкий, пляжный. За счет его размеров задача малышей усложнится, а риск нанести травму ребенку существенно снизится.

Родителям тоже не будет лишним размяться и поучаствовать в совместной игре с детьми. Напомните детям о самокате, бадминтоне и скакалке - эти полезные вещи помогут выплеснуть излишки энергии в нужном направлении и весело провести время.