

Рекомендации для родителей

Чем занять ребёнка на прогулке?



Прогулка для ребёнка – самое прекрасное время дня. Бесспорным является тот факт, что свежий воздух каждому ребёнку даёт только пользу. На свежем воздухе дети более активны, дышат свежим воздухом, что укрепляет иммунную систему. Но, кроме этого, они наблюдают природные явления, смену времён года, знакомятся с живым миром и взаимодействуют с другими детьми. Но привычные нам детские площадки и песочницы скоро надоедают и не приносят всего того, что может дать хороший маршрут по вашему району или другой местности. Как сделать прогулку познавательной, весёлой или развивающей? И что немаловажно – как организовать её, чтобы приносила удовольствие и взрослым, и малышу?

Весенне-летние прогулки на свежем воздухе всегда самые безмятежные и длительные. В это время можно выезжать в лес и на речку, ловить бабочек, валяться на траве и наслаждаться солнцем. А какие игры и занятия подойдут для ежедневных вылазок?

Пикник на траве. Дети обожают есть на улице, это давно известно. Возьмите из дома коврик, фрукты, салфетки и печенье – и устройте интересный перекус на ближайшей лужайке!

Детский транспорт. Колеса скрасят любую прогулку, к тому же позволяют ходить на дальние расстояния. В наше время существует огромный выбор транспорта для малышей на любой вкус: беговелы, самокаты, велосипеды, а если возраст ребёнка позволяет, то и роликовые коньки.

Туристический гамак. Это прекрасное приспособление для летних прогулок! Всё, что нужно для гамака – пара деревьев. Малыша в нём можно и покачать, и покормить, и даже уложить на дневной сон в тени листвы. А сам гамак занимает совсем немного места в вашей сумочке и тем более коляске.

Любимая машинка или коляска. Предложите малышу возить за собой грузовичок или катать в игрушечной коляске куклу или мишку. Ещё можно взять из дома детскую тележку и играть в «магазин», собирая в неё красивые камешки и листочки.

Прокатиться на транспорте – почему бы и нет? Ведь можно поехать в гости или ближайший парк, а поездка в троллейбусе или на трамвае станет сама по себе событием для ребёнка. Особенно если в вашем городе ездит летний трамвайчик.

Изучать правила дорожного движения в игре? Да! Считаем проезжающие мимо автомобили, проговариваем их цвета, называем цвета светофора, указываем на «зебру», объясняем, в какую сторону смотреть, переходя с малышом дорогу, и т.п. А папа своего сына может научить, какие марки машин ездят по городу.

Наблюдение за живой природой. На улице всегда много животных: вот на дереве поёт птица, в траве ползают разные жучки, прыгают кузнечики, а вот пробежала кошка. Рассказывайте ребёнку про живой мир, наблюдайте вместе с ним, отвечайте на вопросы и сами задавайте свои – так развивается наблюдательность, умение думать и любовь к познанию.

Сбор природных материалов. Можно собирать листья для домашнего гербария, при этом изучая их – с какого дерева какой листочек? Чем отличаются? Нюхать и рассматривать цветы. А сбор шишек, каштанов, березовых семян! Из всего собранного дома можно сделать отличные поделки.

Кормить птиц и зверей. Берите с собой на улицу зерно или сухие крошки – дети очень любят кормить голубей, уток или других птиц. Зимой же с ребёнком можно делать постоянные кормушки и пополнять их. А если недалеко от вас есть парк или лес, в нём обычно живут белки, которых малыш может порадовать орешками.

Спорт. Если в вашем районе есть спортивная площадка, не игнорируйте её. Даже если малыш ещё не умеет подтягиваться на турнике, будет полезно наблюдать за другими детьми и взрослыми, которые тренируются на ней. А ещё на ней обычно есть турнички, тренажеры или дорожки для самых маленьких.

Рисование. Палочкой на земле или песке, мелками на асфальте. Рисуем буквы, цифры, геометрические фигуры, классики и лабиринты, и всё, что только захочется.

Солнечные зайчики. Если погода солнечна, не забудьте прихватить с собой зеркальце. Малыш будет рад сделать день ещё более солнечным, пуская солнечные блики на дома и деревья. Выберите какую-нибудь отдаленную цель и потренируйтесь, кто сможет запустить зайчика так далеко.



Мяч. Просто перебрасывание мячика друг другу, катание его по земле или разные активные игры с ним.

Мыльные пузыри. Каждый малыш любит выдувать эти волшебные разноцветные шары. А если сам ещё не умеет – с удовольствием будет их ловить! А ещё можно пускать мыльные пузыри в плавание по лужам. На воде они будут держаться дольше и переливаться всеми цветами красками. А наблюдение за такими пловцами – сплошное удовольствие!

Воздушный змей. В ветреный день выйдите на открытое пространство и запустите с ребёнком воздушного змея. Это будет незабываемым и весёлым развлечением. Также можно запускать бумажные или пенопластовые самолётики.

Если рядом есть небольшой пляж, можно устроить песочную терапию: лепить куличики, строить песочные замки и крепости, закапываться в песок.

Садить саженцы. Это волнующее событие для малыша – посадить с мамой небольшое деревцо или цветок, и потом ухаживать за ним.

Летние уличные фонтаны – особая любовь деток. Ведь так здорово мочить ножки, весело брызгаться, хлюпать по воде, ходить босиком по лужам. А в огромных фонтанах можно даже искупаться целиком, только не забудьте полотенце и сменную одежду!

Зимой и осенью забавы становятся более ограниченными, но и в сезонных занятиях есть своя прелесть. Например:

Бегать по лужам. Какой ребёнок не любит измерять глубину луж, пробуя мамино терпение на прочность? Устройте своему малышу хотя бы изредка этот праздник! Наденьте непромокаемую одежду или возьмите сменку, и обуйте резиновые сапожки. Вспомните своё детство и побегайте по лужам со своим ребёнком! Этим вы подарите ему огромное счастье.

Запуск корабликов. По лужам также можно запускать кораблики и лодочки – как сделанные для этой цели дома из бумаги или пенопласта, так и из подручных природных материалов вроде листьев и веточек.

Листопад. Шуршать ногами по осенним парковым дорожкам, подбрасывать золотые и багряные листья, собирать из них букеты – особое удовольствие-антистресс как для мам, так и для их детей.

Катание на санках и коньках. Универсальное зимнее развлечение.

Лепка снеговика с ребёнком! Да и просто строительство снежных замков и любых других фигур.

Снежки. Не забудьте взять с собой снежколеп и научить малыша делать снежные шарики. Поиграйте с ним в снежки. Особенно весело это делать всей семьей или с другими детьми на площадке.

Раскапывать сугроб лопатой, измерять глубину снега, оставлять разные следы, и вообще всячески возиться и валяться в снегу – огромный плюс к здоровому иммунитету.

Рисовать на снегу красками. Возьмите с собой жидкую гуашь и кисти и создавайте свои картины на белом холсте!

Наверняка есть ещё много весёлых и полезных занятий для детей на улице. Включайте фантазию, наблюдайте вокруг, и вы обязательно найдете свои способы увлечь малыша на прогулке! «Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья», мы помним с детства. Дело за малым – сделать так, чтобы и наши дети росли в окружении этих верных «товарищей» с самых первых дней.

Хороших и приятных вам прогулок!