**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ "ЗИМНЯЯ ПРОГУЛКА"**

**Зима… Почему-то, когда просишь детей рассказать об этом времени года, то они сразу начинают перечислять то, что им не нравиться: на улице холодно, идёт снег, дует ветер, солнышко не греет и так далее. И только единицы начинают свой рассказ с того, что говорят, как им нравиться зимой кататься на санках, на коньках, строить снежные крепости, лепить снеговиков. Конечно, такое отношение к зимним забавам, это заслуга вас, уважаемые родители. Кто как не вы, не жалея своего свободного времени, вместе со своим ребёнком, ведёте снежный бой, используя в качестве оружия белые, пушистые снежки, строите снежную горку, по которой потом, визжа от восторга, скатываетесь на санках. Ребёнок смотрит на вас и тоже начинает испытывать те же чувства, что и вы. Конечно, активный отдых это хорошо, но и простая пешая прогулка может доставить удовольствие.**

**Думаете, что прогулка по зимнему лесу (скверу, парку, роще) – это лишь спокойная ходьба закутанных людей? Как бы ни так! Существует масса интересных заданий, предназначенных специально для подобных вылазок на природу. Прогулка – это прежде всего закаливающее мероприятие, при котором повышается иммунитет, идёт защита от простудных заболеваний. А ещё, зимняя прогулка – это источник новых впечатлений и радостных эмоций. Конечно, когда дует ветер, на улице сильный мороз стоит воздержаться от длительной прогулки, а вот если термометр показывает до -15 градусов, то, как говорится: «вперёд и с песней! ».**

**Но для начала вам нужно собраться «в дорогу». Для этого нужно обязательно взять с собой:**

**- запасные варежки и дополнительные шерстяные носки (если что-то намокнет, всегда сможете переодеться) ;**

**- тёплое питьё в термосе, пластмассовые стаканчики, бутерброды для перекуса;**

**- фотоаппарат или мобильный телефон.**

**Ну что собрались? Тогда пора отправляться в путь.**

**Зимний лес – очень красив. Начните свою прогулку с того, что просто предложите молча поглядеть по сторонам, наслаждаясь необыкновенными, почти сказочными видами. А затем пусть он вам словами опишет, то, что видит. Развивается кругозор, мышление. Ребёнок самостоятельно составляет словесную композицию увиденного.**

**А сейчас, давайте немного порисуем вместе с ребёнком. Вы ничего для этого не брали? Не беда! Ведь можно рисовать и на снегу. Для этого вам понадобится небольшая палочка. Конечно, шедевра у вас не выйдет, но наверняка получится ёлочка, которую окружают пушистые снежинки, а может это будет зайчик или ещё какой-нибудь зверёк. Всё зависит от вашей фантазии.**

**Продолжаем нашу прогулку. Если ваш ребёнок достиг старшего дошкольного возраста, то предложите ему поиграть в следопыта. Попросите найти какие-нибудь следы на снегу и попробовать угадать или хотя бы предположить, кто их оставил. Даже дошкольник легко отличит след птицы от следа зверька.**

**Кстати, о птицах. Если вы уже рассказывали своему ребёнку о птицах, которые не боятся холода и не улетают в зимний период в тёплые края, то самое время спросить, где они укрываются от сильных морозов и как добывают себе корм. А если ваш ребёнок ещё не владеет такой информацией, то скорее заполните этот пробел. Конечно, в идеале, вы ещё можете достать из своего походного рюкзачка небольшую кормушку для птиц, которую вы, накануне вечером, легко сможете смастерить из листа фанеры с продетой в нём веревочкой. А ещё в вашей сумочке «чудесным» образом может оказаться пшено, пшеница и другое лакомство для птичек. Попросите вашего ребёнка самостоятельно наполнить кормушку кормом. В данный момент у ребёнка развивается чувство гордости, ответственности.**

**Вернувшись, домой, проверьте, не замёрз ли ребёнок? Если ладошки и ступни холодные, лучше сразу принять тёплую ванну и попить горячего чая с лимоном. Не давайте ему в этот вечер никаких заданий или поручений. Он переполнен впечатлениями, ему необходимо их осмыслить. А вот через несколько дней предложите малышу вспомнить прогулку, зарисовать свои впечатления и сделать фотоальбом или стенгазету со смешными подписями.**