



Внимание, внимание новогодние каникулы!

Хоровод вокруг елочки был, новогодние представления добросовестно отсмотрены, и даже в гости к бабушкам вы уже несколько раз заходили, но ребенка нужно оттянуть от телевизора и компьютера и продолжать

развлекать, что он был бодр и активен!

Обычно во дворе на прогулку собирается много знакомых ребят. Попробуйте организовать с ними и их родителями веселые командные развлечения.

Строим крепость. Для начала хотя бы примерно определите, сколько человек укроется за стенами будущей крепости, — от этого зависят ее габариты. Теперь нарисуйте на снегу план основания постройки в натуральный размер — круг, квадрат, прямоугольник, пятиугольник и т.д. Для производства идеальных стройматериалов лучше использовать высокие технологии»: набиваем ведро снегом, хорошенько утрамбовываем его, один за другим делаем «куличики», которыми потом сооружаем стены. Не забываем про окошки-бойницы и проем для ворот, а в финале неплохо было бы полить крепость водой — так она простоит значительно дольше.



Лепим снеговика. Стройматериал для снежной бабы должен быть достаточно «липким» и, разумеется, чистым. А устанавливать скульптуру лучше где-нибудь в теничке — чтобы солнце не растопило. Дизайн готового изделия целиком зависит от вашей фантазии, но в принципе, подойдут и обычные ручки-прутки, ведро из головы и морковка (или шишка) вместо носа.

«Царь горы» — русская забава, предполагает наличие невысокой снежной горки и команды из 5-8 человек. Один игрок забираться наверх и заявляет! «Я — царь горы!» А несогласные с такой постановкой вопрос немедленно бросаются штурмовать высоту, чтобы спихнуть новоявленного самодержца с вершины. Тот, кому это удастся, становится следующим царем.

Рисуем снежных ангелов. Главное — найти во дворе (в парке, в лесу) местечко, покрытое ровным слоем чистого снега. Нашли? Отлично. С чистой совестью (у ангелов другой не бывает) плюхнитесь спиной на снег и «выписывайте» руками полукружия. Осталось аккуратно подняться — и можно наслаждаться зрелищем: отпечатки тел на снегу действительно напоминают ангелов.

Гоняем на санках. Для проведения эстафеты нужно найти площадку примерно 50 м в длину и разделить ее на три равных участка. Игроки разбиваются на команды по три человека (у каждой тройки — свои санки) и становятся на

старт. По сигналу взрослого один участник садится в санки, а двое других тащат его до первой отметки; там пассажир меняется местами с кем-то из «коней» – и вперед, до следующей остановки. Теперь третий участник садится в санки – и они мчатся к финишу. Побеждает тот, кто быстрее.

Экспериментируем со льдом и снегом

Тот факт, что вода может быть жидкой, твердой и даже газообразной, не вызывает у взрослых никакого сомнения, а вот для дошкольника эта совсем не очевидные истины.

Ни капли мимо!

Допустим, вы говорите малышу:

«А спорим, что удержу в руках воду – и ни капельки не пролью?»

«Ха! – отвечает ребенок. – Ничего у тебя, мама (папа), не получится!»

Тогда вы быстренько бежите на улицу (можно просто открыть окно и собрать снег с карниза), лепите снежок и с видом победителя вносите его в квартиру!

«Неправда, – возмущается кроха, – это снег, а не вода!»

«Посмотрим!» – загадочно отвечаете вы и кладете трофей в миску. Буквально на глазах ребенка шарик начинает подтаивать, а через некоторое время и вовсе превращается в лужицу. Мама победила!

Цветные льдинки.

Приготовьте три стакана (баночки) с водой. Жидкость в одной емкости подкрасьте, скажем, красной краской, в другой – синей, в третьей – зеленой. Теперь красный стакан отправляем в морозилку, синий – на балкон, а зеленый оставляем на столе – и наблюдаем, где вода замерзнет быстрее (и замерзнет ли вообще). Вывод, сделанный ребенком в ходе эксперимента, должен быть таким: вода превращается в лед тем скорее, чем ниже температура.



Таяние на скорость.

Для проведения этого эксперимента понадобятся снежок и две миски – с холодной и горячей водой. Опускаем снег в воду, ждем, где он тает быстрее, и делаем соответствующие выводы.

Бросаем на дальность. Пространства для этого развлечения потребуется больше, чем для перестрелки. Участники снова делятся на две команды, и каждая из них выбирает первого стрелка. Дальше по сигналу судьи-взрослого оба игрока бросают снежки «на дальность», после чего группы перемещаются на место падения снарядов. Теперь кидать снежок будет следующая пара участников – и так до тех пор, пока не «отстреляются» все ребята. Побеждает команда, которая по итогам бросков оказалась на самом большем расстоянии от линии старта.

ВАЖНО! Судья должен внимательно следить за тем, чтобы метатели не жульничали и не заходили дальше, чем положено.

Нападаем и защищаемся. Осада, крепостей – занятие для продвинутых снегопользователей, ведь прежде чем сразаться за какую-либо «высоту», ее придется еще и построить. Суть игры заключается вот в чем: участники делятся на две группы – «захватчики» и «защитники». Первые, вооружившись снежками, стараются выбить из сооружения тех, кто в нем укрылся, ну а вторые, само собой,

отбиваются. «Подстреленный» защитник (атакующий) выбывает из игры. Если ряды «завоевателей» иссякнут, плясать могут «защитники», и наоборот.

В новогодние праздники не забываем о режиме дня и конечно о движении, особенно на свежем воздухе, они делают нас сильными, ловкими и закаленными! В здоровом теле, здоровый дух!

И не забываем одеваться по погоде:

До минус 5°C. Белье, хлопчатобумажная водолазка или рубашка, колготки, утепленный – мембранный или синтепоновый комбинезон, теплая обувь, шерстяные варежки, шерстяная шапка.

Минус 5-10°C. Колготки, водолазка, комбинезон с полиэстеровым наполнителем, обувь, шапка и варежки из шерсти.

Минус 10-15°C. Белье (термобелье), колготки, толстовка и брючки из флиса (шерсти), комбинезон (пух), шерстяные или меховые варежки, синтепоновая шапка, валенки (зимние сапожки) на теплый носок. Если на улице ветрено, надеваем капюшон. Минус 15-25 °C. Оденем ребенка так же, как и при -10 °C, но сокращаем время прогулки: если ветра нет, то проводим на улице около часа, если задувает – максимум полчаса.