**Консультация для родителей**

**«Зимние игры и развлечения для детей с ОВЗ на воздухе»**

Прогулки с детьми на воздухе способствуют укреплению как физического так и психологического комфорта ребенка, являются профилактикой заболеваний. Хорошо, если ребенок зимой находится на свежем воздухе до 4-5 часов в день. Нужно постепенно приучать малыша выходить на улицу в любую погоду, все зависит от самочувствия ребенка, степени его закаленности, подвижности, температуры воздуха, от того, как он переносит мороз, ветер, влажность воздуха.

                        **Что пригодится на зимней прогулке:**

Обязательно купите  формочки, совочки, ведерко и лопатку, чтоб у малыша всегда под рукой находился инвентарь для игр! А так же санки , седушки и ледянки незаменимы для зимних прогулок!

Вот несколько вариантов зимних игр, которые помогут ребенку не мерзнуть на прогулке, одновременно развивая его.

                  « Зайка беленький сидит »

В игре участвуют родитель  и ребенок. Мама читает стихотворение и имитирует движения, а ребенок их повторяет.

Зайка беленький сидит – малыш садится на корточки.

Он ушами шевелит – поднимает вверх руки и шевелит попеременно то        правой, то левой ладошкой.

Зайке холодно стоять – прижимает согнутые в локтях руки – получаются лапки зайца.

Зайка     хочет погулять – ребенок переступает с ноги на ногу, приседает.

Зайке холодно сидеть, надо лапочки погреть – встает, потирает руки, топает ногами.

Зайка мишку увидал – мама изображает медведя, рычит.

Зайка – прыг, и ускакал – малыш старается ускакать от медведя.

                                              « Наши снежки»

Предложите ребёнку снежок  слепить вместе. Правильно ставьте его ладошки, сжимайте с ним снег, получится отличный снежочек-комочек!

                                             «Прокатимся на санках»

Санки- это неотъемлемый атрибут зимнего веселья, но главное, чтоб малыш уже умел самостоятельно сидеть. Обязательно катайте своих деток. Это занятие приносит огромную радость.

                                               «Наш снеговик»

Лепка снеговика тоже доставляет удовольствие. Учите ребёнка лепить  снежки.  Показываете, катая маленький снежок, как он становятся все больше и больше, а потом из него еще и получается огромная ком, а дальше  снежная фигура, которую мы называем  «снеговик»!

Уважаемые родители! Обязательно  играйте со своим ребёнком  в зимние игры на прогулке вместе.

                       Гуляйте на здоровье, будьте счастливы!