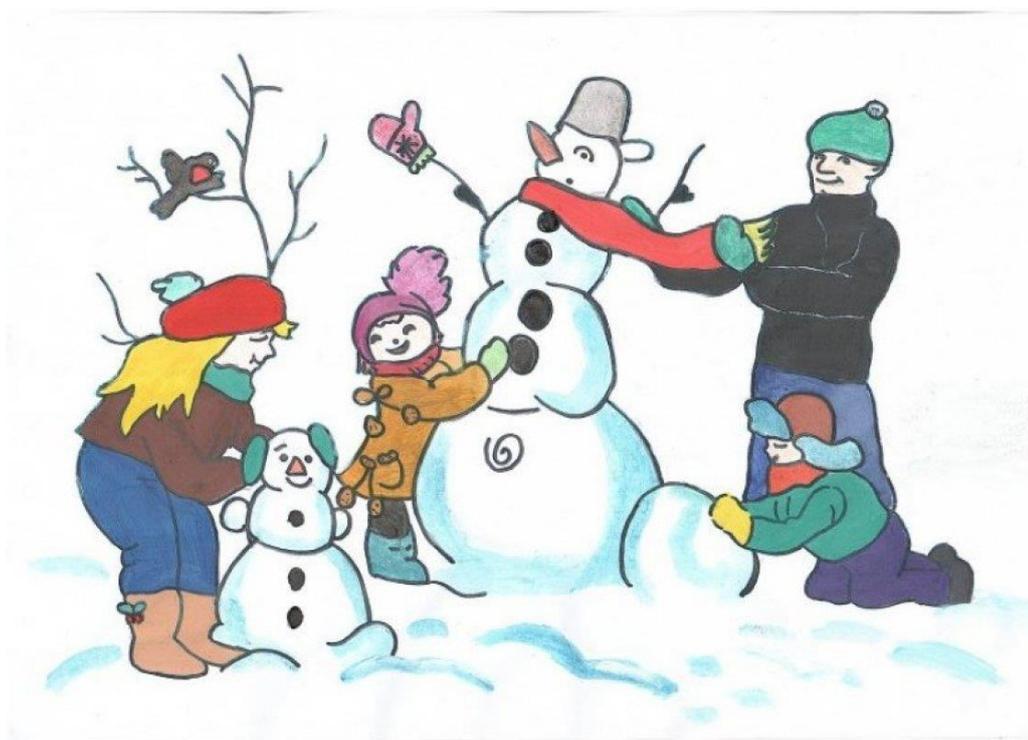


Консультация для родителей

*Как организовать прогулку
на свежем воздухе?*



Пришла зимушка – зима,
Наша улица пуста.
Детки спрятались в тепле
«Мы боимся ОРЗ!»

И родители ворчат:
«Не пойдёте вы гулять,
Грипп, простуду, ОРВИ
После холода лечи!»

Ответим на простой вопрос –
Нужна ль прогулка зимой в мороз?
- Да, конечно, обязательно!
Только правила
соблюдайте замечательные!



Не слишком кутайте ребёнка,
Чтоб не случился перегрев,
Чтоб мог он бегать, прыгать, падать,
Комбинезон зимний надев.

И обувь больше на размер,
Носочки шерстяные.
Лучше перчаток - варежки,
Лепить снежки большие.



По рекомендации СанПиНа
Прогулка до – 15 просто необходима!
Улучшает сон и аппетит
И мозговая деятельность закипит!

**Игры подвижные и на внимание
Настроение поднимают,
Здоровье укрепляют,
Простуду предупреждают!**

**Зимой пернатых берегите,
В кормушке хлеба крошите,
Пусть дети познают мир красоты,
Дайте им настоящий урок доброты!**



**Не разрешайте детям играть у дороги,
Или в снегу под окнами дома,
Не прыгайте вниз на пушистый сугроб
Таит он опасность, дружок.**

Нельзя сосульки в рот тащить,
В них 100 микробов могут жить.
Снежки в лицо нельзя кидать,
Правила безопасного поведения

нужно знать!

Учите детей ходить в гололёд,
Маленькими шажками вперёд,
На всю подошву наступите,
Где сильно скользко – обойдите!

Кататься с горки лучше на ледянках,
Гораздо опаснее - на санках.
Дисциплину на горке соблюдать,
Ребёнку заранее всё нужно знать!



**«Паровозиком» на санках не катайтесь,
Лежать на них на животе – остерегайтесь!
Стоять нельзя, просто опасно!
И каждому ребёнку будет ясно!**

**Понаблюдайте за зимой –
Снежинки падают гурьбой!
Они как звёздочки - цветы
Их на ладошке рассмотрите.**

**В мороз снежок хрустит под ножкой,
И на деревьях кружева,
Постройте сказочный вы замок!
Слепите смешного снеговика!**



**И зимние прогулки станут радостью,
Весельем, смехом, добротой!
Познавьем окружающего мира,
Ты только дверь в прекрасное открой!**

