***Консультация для родителей***

***«Полезные весенние прогулки»***

Зима позади. Позади суровые морозы и метели. Солнце с каждым днём пригревает все сильнее и сильнее, на улицах становится светлее и гулять с малышами одно удовольствие. **Весна** - это самое полезное и приятное время года для **прогулок с детьми**. Именно **весной** солнце вырабатывает много ультрафиолета, что крайне необходимо для детского растущего организма. **Прогулки** на свежем воздухе - это всегда интересное и полезное занятие.

**Прогулки** чрезвычайно полезны для детей в любом возрасте. Пройдитесь с ребенком по улице, парку, посмотрите, какие изменения происходят в природе: как набухают почки, пробиваются первые листья, трава, какие существуют весенние цветы. Наблюдайте, как на деревьях вьют гнезда птицы. Можно даже попробовать соорудить скворечник и повесить его рядом с домом. Наблюдать за природой – это очень интересное и познавательное занятие. Оно формирует у детей знания о природе, учит наблюдать и созерцать, развивает эстетическое начало.

В процессе наблюдения дети учатся различать формы, величины, цвета, характер поверхности и многое другое. При наблюдении за живыми существами (насекомыми, птицами, зверьками) дети познают характер движения, звуки и различные характеристики. В ходе данных наблюдений у детей развиваются такие качества, как сообразительность, наблюдательность, аналитические способности, умение сравнивать и делать выводы.

**Весной** наблюдать за природой намного интереснее, чем зимой. На **прогулке с малышом**, расскажите ему о **весне**: почему тает снег, откуда берутся многочисленные ручьи, почему так ярко светит солнце и почему небо голубое, а не серое. Попробуйте вместе с ребенком услышать *«весенние»* звуки: звон капели, журчание ручьев, пение птиц.

Расскажите малышу, какие запахи несёт в себе **весна**: талого снега, березовых почек, первых подснежников и другие. Расскажите ребенку, что происходит **весной**, после того, как растает снег (перелетные птицы возвращаются из южных стран, набухают почки на деревьях, из-под снега пробивается первая травка, распускаются подснежники).

Покажите ребёнку вербу, дайте потрогать, расскажите, что верба – одна из первых распускается **весной**, на ее запах слетаются жучки, мушки, бабочки. Пусть малыш сорвет несколько веток и отнесет домой, предложите ему поставить букет в вазочку с водой и понаблюдать, как изменяются ветки, как появляются на них первые листочки.

Поясняйте малышу, почему происходят все эти изменения, познакомьте его с понятием *«время года»*. Рассуждайте о том, почему зимой необходимо было тепло одеваться, а **весной можно прогуливаться** в более легкой одежде.

Выберите для сравнения какой-нибудь объект на улице и наблюдайте за его изменением каждый день. Например, обратите внимание малыша на весенней **прогулке**, что сегодня на полянке еще лежит снег, а завтра там уже просто мокрая земля, через несколько дней здесь можно будет увидеть первую травку, а затем уже и яркие цветы. При таком общении у ребенка расширяется словарный запас и развивается активная речь.

А ещё, пешие **прогулки** – это полезное физическое упражнение, которое может выполнять каждый, независимо от возраста. Во время ходьбы у человека задействованы практически все мышцы тела, особенно хорошо работают мышцы руки, спины, таза и ног. Кроме того, такие **прогулки** крайне важны для здоровья различных систем организма. И это еще не все преимущества таких упражнений на свежем воздухе.

Ходьба **прекрасно** активизирует жизненные процессы в организме. Обязательно привлекайте детей к таким занятиям. Добавьте к постоянным **прогулкам подвижные игры.** Весенние **прогулки** не стоит отменять даже в том случае, если погода не радует солнышком.

Для начала следует просто принять как должное, что хотите вы или нет, но ребенок все равно залезет в самую глубокую лужу и найдет грязь пожирнее. Малыш хочет все познать, испытать на собственном опыте то, о чем предупреждает мама. Поэтому, запаситесь терпением и не ругайте кроху. Ведь это так интересно, как выглядит свое отражение в луже, как грязь прилипает к сапожкам. А как весело шлепать по воде руками и лепить куличи из мокрой земли!

Если вы не хотите, чтобы ребенок во время весенней **прогулки** бесцельно плюхался в грязи, покажите ему, что делать это можно с пользой. Малыш хочет копать? Предложите ему делать это под деревьями, где земля хоть немного прикрыта листьями и травой. Если ребенка как магнитом тянет к воде, то позвольте ему пройтись по лужам, покажите, как интересно пускать кораблики или просто травинки, палочки или листья по ручьям.

Старайтесь не запрещать чаду экспериментировать, ведь это может привести к замкнутости и нерешительности ребенка в будущем. Позвольте крохе самому принять правильное решение, даже если в результате вы приведете домой чумазого ребенка.

Проводите прогулки с пользой! Пусть ваш ребенок растет здоровым, активным и счастливым!

*Подготовила Гурмеза Ольга Васильевна*