

## Консультация для родителей «Весенние прогулки».

Весна – любимое время года у всех детей разного возраста, а главное условие воспитания здоровых и физически развитых детей – это обязательные ежедневные прогулки. Яркое ласковое солнце, чистый и свежий воздух – вот то, что всегда было и остаётся лучшим источником для вдохновения на новые игры и познание окружающего мира ребёнком. О том, что "солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья", мы помним с детства. Дело за малым - сделать так, чтобы и наши малыши росли в окружении этих верных "товарищей".

Чем же занять ребенка на прогулке весной?

1. «Посчитай птиц». Весной природа оживает. И даже если листочки еще не успели появиться, то птицы уже начали радоваться теплу. С ребенком, который умеет считать, можно поиграть в такую игру: кто заметит больше птиц за время прогулки
2. «Пускаем солнечных зайчиков». Если погода солнечная, не забудьте прихватить с собой зеркальце. Малыш будет рад сделать день еще более солнечным, пуская солнечные блики на дома и деревья. Выберите какую-нибудь отдаленную цель и потренируйтесь, кто сможет запустить зайчика так далеко.
3. «Пускаемся в плавание по луже». Смастерите дома или прямо на прогулке кораблики, а затем запускайте их в ближайшей луже.
4. «Рисуем на асфальте». Если асфальт сухой, самое время достать цветные мелки и нарисовать солнышко, цветы и травку.

Игры на свежем воздухе - всегда веселое и увлекательное занятие! Играйте со своим ребенком — это укрепляет взаимосвязь между родителями и детьми, а также способствует созданию более надежных доверительных отношений в семье.

Весенние прогулки не стоит отменять даже в том случае, если погода не радуется солнышком.

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.

**Игры на свежем воздухе** — всегда весело и увлекательно! Играйте со своим ребенком — это укрепляет взаимосвязь между родителями и детьми, а также способствует созданию более надежных доверительных отношений в семье.