

Bērnu attīstība. Ziemas spēles svaigā gaisā

Spēles svaigā gaisā ir daudz veselīgākas par spēlēm telpās.

Parasta pastaiga ārā var izvērsties aizraujoša, jo sniegs dāvā bērniem unikālu iespēju baudīt dažādus ziemas priekus - pikoties un rīkot piku tālmešanas sacensības, velt sniegavīrus, braukt ar ragaviņām, zīmēt eņģeļus sniegā un darīt vēl daudz jautras, neaizmirstamas sniega lietas.

Mēģināsim arī ziemā bērnu nodarbināt tā, lai viņš ir spējīgs attīstīties ne tikai fiziski, bet arī radoši. Ziemā bērns aktīvi un ar lielu prieku piedalās visdažādākajās sporta spēlēs:

Trāpīgais strēlnieks

Izvēlēties laukumā jebkuru priekšmetu, kurā var iemest sniega pikas. Apstājieties no tā 2 metru attālumā un metiet piku. Pakāpeniski palieliniet attālumu līdz grozam.

Zvirbulīši

Sniegā vajag uzzīmēt apli. Aplī atrodas vadītājs “vārna”, zvirbulīši atrodas ārpus apla. Pēc signāla, “zvirbulīši” lec iekšā aplī, bet “vārna” tos cenšas noķert. Kad mazajiem putniņiem draud briesmas būt noķertiem, viņi izlec no apla. Ja “vārnai” izdodas noķert “zvirbulīti”, tad viņi mainās vietām.

Darbs ar lāpstu

Ja vasarā ar lāpstiņām rakājāties pa smiltīm, ziemā noderēs sniegs! Noderēs tieši smilšukastei paredzētās lāpstiņas, un pirms pastaigas varat ar lāpstiņām patīrīt kādu taciņu pie mājas, kāpņu telpas vai rotaļu laukumā. Ja bērnam šī nodarbe patīk, var iegādāties jau lielāku bērnu lāpstiņu un lielās kupenās uz sacensībām rakt bedres. Tādās bedrēs un tuneļos bērns var noslēpties, viņam patīks! Bet, ja mamma aizraksies pie bērna pa otru tuneļa pusi, viņam būs vēl lielāks prieks un pārsteigums!

Mācāmies slēpot

Mācīties slēpot, var sākt jau no 2 līdz 3 gadiem. Vispirms bērnam iemāciet vienkārši stāvēt uz slēpēm. Ja jūs mācāt bērnu slēpot samērā aukstā laikā, tad iemāciet viņam gaisu ieelpot caur degunu, bet izelpot caur muti. Kad bērns gūs pirmās iemaņas slēpošanā (aptuveni 5 – 6 gadu vecumā), var sākt izmantot slēpes ar speciālajiem slēdžiem, kāja tajā vecumā jau ir stabila un bērnam būs vieglāk regulēt slēpes. Bērnam obligāti jāparāda un jāizstāsta, kā pareizi jātur nūjas. Pacelšanos un nolaišanos no kalna, labāk atlikt līdz 7 gadu vecumam.

Lai šis ziemas gadalaiks Jums un Jūsu bērniem ir patiesi jauks, jautru nodarbju pilns!