



# Зимние заботы и праздники

Зима приносит снег, тепло дома и  
весёлые праздники

# Чем зима удивляет нас

- Зимой дни короче, на улице холодно, а земля и крыши покрываются снегом. Люди надевают тёплую одежду, двигаются осторожнее и чаще собираются дома с близкими, чтобы вместе ждать праздники и радоваться уюту.



# Тёплая одежда и безопасность



1

## Наденьте несколько слоёв

Зимой лучше одеваться по слоям: футболка, свитер и тёплая куртка. Так легче сохранить тепло и при необходимости снять лишнее, если станет жарко в помещении.

2

## Не забывайте про голову и руки

Шапка, шарф и варежки помогают не мёрзнуть даже в ветреную погоду. Через открытые участки тела тепло уходит быстрее, поэтому их нужно особенно беречь.

3

## Выбирайте удобную обувь

Сапоги или ботинки с нескользящей подошвой помогают увереннее идти по снегу и льду. Если обувь промокла, ноги быстро охлаждаются, и прогулка становится совсем не весёлой.

4

## Двигайтесь и не стойте долго

На морозе нельзя подолгу стоять без движения. Когда человек двигается, ему легче сохранять тепло, а короткие остановки помогают не переохладиться.

5

## Будьте осторожны с металлом

Мокрыми руками не стоит трогать холодные металлические предметы на улице. Они быстро охлаждаются, и кожа может неприятно примерзнуть.



# Снег и зимние игры

## Снежные забавы

---

Снег превращает двор в большую игровую площадку. Из него лепят снеговиков, строят крепости и играют в снежки. Главное — после игр быстро согреться дома.

## Горка и следы

---

Катание с горки приносит много радости, а на снегу интересно рассматривать следы птиц и животных. Иногда кажется, что двор устроил маленькую зимнюю выставку.

## Почему снег белый

---

Чистый снег выглядит белым, потому что отражает солнечный свет. Из-за этого зимний день кажется светлее, даже когда солнце прячется за облаками.

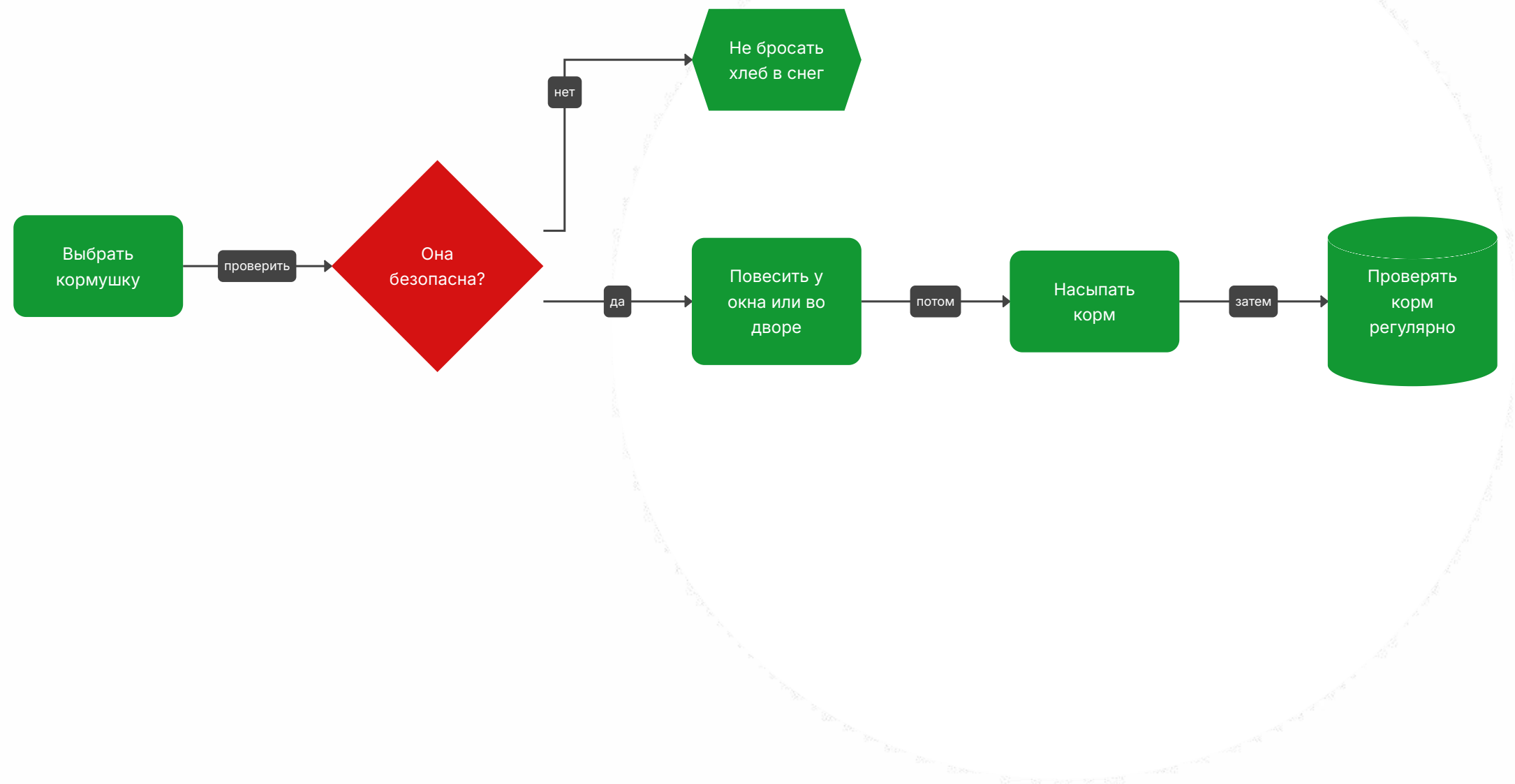
## Тёплый конец прогулки

---

После улицы руки, ноги и щёки нужно сразу согреть. Тёплый чай, сухие варежки и спокойный отдых помогают быстро вернуть хорошее настроение.

# Как помочь птицам зимой

Последовательность добрых дел: от выбора кормушки до регулярной подкормки птиц



# Порядок дома и во дворе зимой

1

## Убираем снег

Во дворе и у подъезда снег убирают, чтобы дорожки оставались чистыми и удобными. Так меньше шансов поскользнуться и испачкать обувь по колено.

2

## Посыпаем лёд

Скользкие места посыпают песком или специальной смесью. Это помогает лучше держаться на ногах, когда после оттепели снова ударяет мороз.

3

## Сушим вещи

После прогулки варежки, шапки и обувь нужно хорошо просушить. Сухие вещи сохраняют тепло, а мокрые быстро становятся холодными и неприятными.

4

## Проветриваем комнаты

Дома окна открывают ненадолго, чтобы впустить свежий воздух и не выпустить слишком много тепла. Тогда в комнате остаётся уютно и приятно.



# Новый год – главный зимний праздник

## Подготовка дома

Перед праздником в домах наводят порядок, украшают комнаты и ставят ёлку. Появляется ощущение, что чудо уже совсем близко.

## Ночь с 31 декабря на 1 января

В эту ночь семьи собираются вместе, поздравляют друг друга, угощаются и дарят подарки. Все ждут радостного момента начала нового года.

## Зимние каникулы

После праздника начинаются каникулы. Дети отдыхают, гуляют, играют и проводят больше времени с родными, запоминая тёплые зимние дни.

# Украшения и новогодняя ёлка

## Главные украшения

Ёлку наряжают шарами, мишурой, гирляндами и звездой на верхушке. Эти украшения делают комнату яркой и сразу добавляют праздничное настроение.

## Дед Мороз и Снегурочка

Рядом с ёлкой часто ставят фигурки Деда Мороза и Снегурочки. Они словно приходят в гости и делают праздник ещё более волшебным.

## Безопасность с гирляндами

Электрические гирлянды нельзя трогать мокрыми руками. Перед включением взрослые должны проверить, что провода целые и украшения висят надёжно.

## Осторожно со свечами

Свечи не должны стоять близко к веткам или бумажным украшениям. Лучше любоваться огоньками издалека, чтобы праздник был красивым и спокойным.



# Подарки и добрые дела



## Подарок своими руками

Открытка, рисунок или простая поделка могут порадовать не меньше, чем покупной сюрприз. В них есть старание, фантазия и тепло детских рук.



## Помощь близким

Зимой особенно приятно помочь дома: убрать игрушки, подать варежки или помочь накрыть на стол. Маленькое дело делает вечер спокойнее и добрее.



## Добрые слова

Ласковое поздравление, вежливое спасибо и тёплая улыбка тоже становятся подарком. Иногда именно такие слова поднимают настроение лучше сладостей.



## Письмо или открытка

Можно написать короткое пожелание, нарисовать снежинку или сделать праздничную открытку. Такой знак внимания легко хранить и приятно перечитывать.



## Забота каждый день

Добро не обязательно должно быть большим. Аккуратность, терпение и внимание к другим помогают сделать зимний день светлее для всех.

# Дед Мороз и Снегурочка



1

## Главный волшебник

Дед Мороз — самый известный зимний волшебник в России. Его ждут дети и взрослые, потому что вместе с ним приходит праздник и хорошее настроение.

2

## Верная помощница

С ним часто приходит Снегурочка. Она помогает Деду Морозу, улыбается детям и делает зимний праздник ещё более сказочным и светлым.

3

## Волшебный образ

У Деда Мороза длинная шуба, посох и мешок с подарками. Такой наряд сразу подсказывает: перед нами настоящий зимний сказочный герой.

4

## Письма и стихи

Дети пишут письма с пожеланиями, учат стихи и готовят небольшие выступления. Это помогает встречать праздник смело, радостно и очень по-новому.



# Зимние каникулы и отдых

## Время передышки

---

Зимние каникулы помогают отдохнуть после уроков и домашних заданий. В это время можно спокойно выспаться, больше гулять и почувствовать, что день принадлежит тебе, а не только расписанию.

## Игры и прогулки

---

На каникулах дети катаются с горок, лепят снеговиков, играют в настольные игры и гуляют с родными. Такие занятия делают отдых живым, весёлым и совсем не скучным.

## Домашний уют

---

Когда на улице холодно, особенно приятно читать книги, рисовать, собирать пазлы или смотреть семейные альбомы. Дома легче почувствовать тепло, спокойствие и радость общения с близкими.

## Семейные традиции

---

Зимний отдых помогает узнать больше о привычках семьи: как встречают праздники, какие блюда готовят и какие истории вспоминают за столом. Это создаёт тёплые воспоминания на весь год.

# Праздник света и семьи



## Накануне Рождества

Перед Рождеством в доме становится особенно тихо и уютно. Семьи готовят стол, убирают комнаты и ждут праздничного дня. Дети замечают, как обычные дела превращаются в приятную подготовку к доброй встрече.



## Праздничный вечер

В рождественский день родные собираются вместе, поздравляют друг друга и делятся угощениями. За столом звучат добрые пожелания, а разговоры становятся особенно тёплыми и спокойными, словно весь дом улыбается.



## Светлый семейный день

Рождество часто проходит без спешки и шума. Люди навещают близких, благодарят друг друга и стараются быть внимательнее. От этого праздник запоминается не только угощениями, но и душевной атмосферой.

# Что согревает зимой



## Горячий чай

После прогулки чашка горячего чая помогает быстрее согреться. Тёплый напиток приятно держать в руках, а его аромат делает зимний вечер особенно уютным.



## Сытный суп

Тарелка горячего супа хорошо утоляет голод и возвращает силы после мороза. Зимой такие блюда особенно ценятся, потому что они согревают и дают ощущение домашнего тепла.



## Каша и выпечка

Каша, пироги и другая выпечка делают зимний стол сытным и радостным. Эти блюда удобно есть дома, когда за окном снег, а в комнате пахнет праздником.



## Мандарины и сладости

Мандарины давно стали символом зимних праздников. Вместе со сладостями, фруктами и десертами они добавляют столу яркости, а детям — особенно хорошего настроения.

# Зимний труд взрослых

1

## Уборка снега

Дворники рано выходят на улицу, чтобы очистить дорожки и ступеньки. Благодаря их работе людям легче пройти к дому, школе и магазину без лишних падений и суеты.

2

## Работа на дорогах

Водители зимой едут осторожнее, потому что дорога может быть скользкой. Они внимательно смотрят по сторонам, соблюдают правила и помогают перевозить людей и важные грузы.

3

## Помощь врачей

Врачи зимой особенно нужны тем, кто простудился или почувствовал себя плохо. Они принимают пациентов, дают советы и помогают людям быстрее вернуться к обычным делам.

4

## Тепло в домах

Коммунальные службы следят, чтобы в домах было тепло, светло и удобно. Их работа незаметна, но именно она помогает семье спокойно переживать морозы и короткие дни.

# Гололёд и осторожность

1

## Идти медленно

На скользкой дорожке нельзя торопиться и бежать. Лучше идти маленькими шагами, внимательно смотреть под ноги и заранее замечать участки льда, чтобы не потерять равновесие.

2

## Держаться за опору

Если рядом есть перила или поручень, за них стоит держаться. Такая опора помогает увереннее пройти сложное место и снижает риск неожиданно поскользнуться.

3

## Носить рюкзак удобно

Рюкзак лучше надевать на оба плеча, чтобы он не тянул в сторону. Когда руки свободны, легче сохранять равновесие и аккуратно двигаться по льду.

4

## Не спешить после оттепели

После потепления и мороза лёд может появиться почти незаметно. Поэтому зимой особенно важно быть внимательным у подъезда, на лестнице и во дворе, где гололёд любит подкрадываться тихо.

# Зимние игры и спорт

## Лыжи и коньки

Катание на лыжах и коньках делает зимний день бодрым и весёлым. Такие занятия развивают ловкость, укрепляют здоровье и дарят ощущение настоящего зимнего приключения.

## Санки с горки

Спуск на санках вызывает много смеха и радости, особенно если рядом друзья или семья. Главное — кататься только на безопасной горке и не забывать про осторожность.

## Снежки и крепости

Игры в снежки и строительство снежных крепостей превращают двор в большое зимнее царство. Здесь хватает места и для фантазии, и для дружной командной работы.

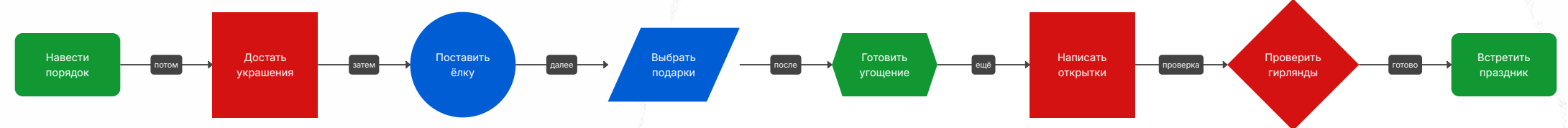
## Тёплая одежда

Даже самые весёлые игры на морозе требуют шапки, варежек и тёплой куртки. Если одежда подобрана правильно, можно дольше гулять и не мёрзнуть.



# Как подготовиться к зимнему празднику

Последовательность  
домашних дел перед  
встречей Нового года и  
зимних праздников



# Слова, которые пахнут зимой



## Снежинка

Снежинка напоминает о лёгком снегопаде и тихом небе. Это слово сразу делает картину зимы нежной и красивой, словно за окном кружится маленький белый танец.



## Метель

Слово «метель» звучит немного шумно, потому что за ним слышится ветер и вихрь снега. Оно помогает представить настоящую зимнюю силу природы.



## Уют

Когда на улице холодно, особенно приятно сказать «уют». Это слово связано с тёплым светом, мягким пледом и домом, где всем спокойно и хорошо.



## Праздник

Слово «праздник» приносит радость само по себе. Оно напоминает о ёлке, подарках, улыбках и приятных встречах, которые делают зимние дни ярче.



## Чудо

Зимой детям легко верить в чудо: снег сверкает, огни сияют, а добрые дела становятся заметнее. Это слово создаёт особенное настроение ожидания и радости.



# Что делает зиму особенной

## Забота о себе и других

---

Зимние дела учат одеваться по погоде, быть внимательнее на улице и замечать, кому нужна помощь. Так холодное время становится более спокойным и безопасным.

## Традиции и встречи

---

Праздники собирают семью за одним столом, помогают обменяться подарками и добрыми словами. Благодаря этому зима запоминается не только морозом, но и тёплым общением.

## Радость в простых вещах

---

Когда есть снег, игры, лампа в окне и домашний чай, даже короткий день кажется светлее. Зима напоминает, что счастье часто прячется в обычных моментах.

# **Зима — время добрых дел и тёплых дней**

Зима бывает морозной, но в ней много света, заботы и радости. Она учит помогать, беречь себя и замечать красоту вокруг. А ещё дарит праздники и уютные воспоминания.