

**Подвижные игры
на зимней прогулке**



СНЕГОВИК-МИШЕНЬ

Для игры понадобится снеговик. После того как дети слепят из снега фигуру, на голову снеговика надевается пластмассовое ведро — оно и будет служить мишенью.

Игроки разбиваются на две команды. Каждому участнику команды дается три попытки сбить ведро с головы снеговика. Если игрок сбивает цель с первой попытки, он получает 30 очков, со второй — 20, с третьей, соответственно, 10.

В конце игры количество баллов суммируется. Команда, которая зарабатывает больше баллов, побеждает в игре.

НА ЛЫЖАХ

Для этой игры необходимы четыре картонных листа такого размера, чтобы на лист помещалась детская нога.

Дети разбиваются на две команды и выстраиваются в колонны друг за другом. Перед каждой командой кладут по два листа.

Задание: нужно встать ногами на картон и пройти таким образом до финишной точки и обратно. Задание должны выполнить все участники команды по очереди. Нельзя отрывать ноги от «лыж» и наступать на землю. Выигрывает та команда, которая справится быстрее.



ВЕТЕР СЕВЕРНЫЙ, ВЕТЕР ЮЖНЫЙ

Для игры выбирают двух ведущих. Одного назначают «северным ветром», другого — «южным ветром». Остальные игроки разбегаются по площадке. «Северный ветер» должен ловить участников игры и «замораживать» их. Пойманные игроки должны остановиться. Задача «южного ветра» — «разморозить» игроков, прикоснувшись к ним рукой и произнеся «Свободен!». «Северный ветер» также может поймать и заморозить «южный». Для того чтобы разнообразить игру, участники могут меняться ролями.

ЛЬДИНКА

(Русская народная забава)

На хорошо утоптанном снегу чертят окружность диаметром около 5 метров. В ее центре делают небольшое углубление, куда укладывают 10-12 льдинок. Выбирается водящий, который встает внутрь большого круга, а остальные играющие равномерно распределяются за пределами диаметра. Их цель — выбить за границу большого круга все льдинки, при этом они могут заходить внутрь диаметра.

Задача водящего помешать играющим и осалить одного из них, чтобы поставить его на свое место. Игра заканчивается, когда все льдинки будут выбиты и выведены за круг.



ЛЬДИНКИ, ВЕТЕР И МОРОЗ

(Зимняя игра народов Сибири и Дальнего востока)

Ведет игру взрослый.

Игроки встают парами лицом друг к другу, хлопают в ладошки и говорят:

Холодные льдинки,
Прозрачные льдинки,
Сверкают, звенят,
Дзинь, дзинь.

Один хлопок делается в свои ладошки, другой – в ладошки игрока в своей паре и так чередуются хлопки.

Ведущий игры подает сигнал: «Ветер!». Дети – льдинки разбегаются в разные стороны и тихо договариваются, кто с кем построит большую льдину. На сигнал ведущего «Мороз» все выстраиваются в круг и берутся за руки (берутся за руки так, как договорились).

Льдинки после сигнала «ветер» могут не только бегать или кружиться, но и прыгать или делать подскоки.



ВОРОТЦА

Это игра на горке. Дети делают вместе со взрослыми «воротца» — из палочек без острых концов, гимнастических пластмассовых палок, еловых веток, лыжных палок, которые воткнуты в снег острым концом и стоят вертикально. Нужно стараться проехать с горки (на ледянке, санках или даже ... на венике!), попав в воротца и не задев их.

Если игроку удалось проехать через воротца – он получает фишку. В конце поздравляют самого ловкого игрока, который получил больше всего фишек.

ФЛАЖКИ НА ЛЕДЯНОЙ ДОРОЖКЕ

На утрамбованной снежной дорожке заливается водой отрезок длиной 4—6 м, шириной 40—50 см. Вдоль дорожки ставятся ориентиры — цветные флажки или игрушки, по которым мы сможем показать ребенку, насколько далеко он проехал по ледяной дорожке.

Дети энергично разбегаются и скользят по ледяной дорожке, стараясь прокатиться по ней как можно дальше. По ориентирам отмечаем, кто дальше проскользил по дорожке.

Аналогично можно играть и на скате горки, поставив вдоль ската разноцветные флажки или игрушки.





**Подготовила инструктор по физической культуре:
Кожемяко Марина Сергеевна**