



Зимние игры на свежем воздухе

Подвижные игры и развлечения зимой на открытом воздухе доставляют детям огромную радость и приносят неоценимую пользу их здоровью. Разнообразные подвижные игры для детей - катание на санках, игры со снегом - обогащают содержание прогулок и очень увлекают детей.

Играя в подвижные игры вы сможете увеличить продолжительность прогулки, что особенно важно при низких температурах в нашем суровом климате. Да и сами родители, играя с детьми, не заметят, как пролетело время, не успеют замерзнуть, поскольку им не придется стоять и наблюдать за играющим в снегу ребенком.

Любимое зимнее развлечение малышей - санки. Но можете попробовать научить малыша спортивным играм, таким как катание на лыжах и на коньках. Используя простые игровые упражнения можно добиться многого!

Малыши также любят подвижные игры со снегом, и с удовольствием будут выполнять предложенные вами упражнения.

Зимой очень увлекательно сооружать разные постройки из снега, лепить различные фигуры. Обзаведитесь лопатками, совочками, ведерками и метелочками, они вам пригодятся на прогулках.

Для старших дошкольников используются более сложные игры. Играя и упражняясь на улице зимой, дети получают возможность проявить смелость, самостоятельность, ловкость и сноровку.

Выезжая на природу в зимнее время с вашим ребенком, или с компанией детей, обязательно продумайте в какие подвижные игры вы будете играть с детьми, в какие игры дети будут играть сами, и возьмите с собой все необходимое для игр.

Игры и забавы с санками.

«Катушка»

Это небольшая горка, с которой каждый участник должен красиво и правильно съехать, не упав с саней. Побеждает участник, который при спуске набрал хорошую скорость и дальше всех отъехал от финала. *Для спуска с санок посадка такая: на санки садятся верхом, полусогнутыми ногами вперед, их не ставят на полозья. В руки берут веревку, которой возят санки, она должна быть натянута.*

«Гонки на руках»

Дети или ребенок и взрослый ложатся каждый на свои санки и, отталкиваясь только руками, начинают двигаться к другому концу площадки (или намеченному ориентиру). Достигнув отметки, игрок встает и поднимает руку.

«Попрыгунчики»

В эту игру можно играть вдвоем. Каждый стоит около своих санок. По команде взрослого дети начинают подпрыгивать на двух ногах возле своих санок, продвигаясь вдоль них.

«Парное катание»

Двое детей везут санки, на которых сидит один ребенок. Так едут друг за другом несколько пар. Потом можно поменять пары.

«Саный поезд»

Взрослые или дети постарше возят санный поезд - трое или четверо связанных друг за другом санок, на которых сидят малыши. Дети по очереди катают друг друга на санках, или двое едут на связанных между собой санках, а двое их везут. Потом они меняются местами.

«Оленьи упряжки»

Заранее изготовьте рога из картона или из веточек, прикрепите их к шапкам детей-оленей. К санкам должны быть привязаны две веревочки: за одну ребенок, сидящий на санках, держится и управляет оленем, в другую впрягается олень (ребенок закрепляет ее за пояс).

Игры на снежной площадке.

«Зима пришла!»

Дети разбегаются по площадке и прячутся, присаживаясь на корточки за снежными валами, горкой, снеговиком и т. п. Взрослый говорит: «Сегодня тепло, солнышко светит, идите гулять!» Дети выбегают из укрытий и разбегаются по площадке. На сигнал: «Зима пришла, холодно! Скорей домой!» — все бегут на свои места и снова прячутся.

«Берегись, заморожу»

Все играющие собираются на одной стороне площадки. «Убегайте, берегитесь, догоню и заморожу!», — говорит взрослый. Дети бегут к противоположной стороне площадки, чтобы спрятаться в «доме».

«Снежинки и ветер»

Скажите детям, что в этой игре они будут снежинками.

Дети собираются в кружок и берутся за руки. По сигналу взрослого: «Ветер задул сильный, сильный. Разлетайтесь, снежинки!» — разбегаются в разных направлениях по площадке, расправляют руки в стороны, покачиваются, кружатся. Взрослый говорит: «Ветер стих! Возвращайтесь, снежинки, в кружок!» Дети сбегаются в кружок и берутся за руки.

«Найди Снегурочку»

Нарядите куклу Снегурочкой и спрячьте ее на участке так, чтобы никто из детей не знал об этом.

Во время прогулки скажите детям о том, что сегодня к ним обещала прийти в гости Снегурочка, она хочет поиграть и поплясать с ними. Наверное, она уже пришла и спряталась от ребят, чтобы они ее поискали. Найдя Снегурочку, дети водят хороводы с ней, приплясывают, кружатся парами.

«Зайка беленький сидит»

Играющие подражая зайчикам бегают, веселятся на площадке-полянке, а потом, приседают на корточки. Взрослый вместе с детьми произносит следующие слова:

Зайка беленький сидит

И ушами шевелит.

Вот так, вот так,

Он ушами шевелит.

Дети поднимают руки к голове и шевелят руками, как зайцы ушами. Взрослый продолжает:

Зайке холодно сидеть,

Надо лапочки погреть.

Хлоп-хлоп, хлоп-хлоп,

Надо лапочки погреть.

Дети встают и хлопают в ладоши, а потом, скрестным движением рук, хлопают себя по плечам, делают вид, что греются.

Зайке холодно стоять,

Надо зайке поскакать.

Скок-скок, скок-скок,

Надо зайке поскакать.

На эти слова дети подпрыгивают на двух ногах на месте. Наконец, взрослый говорит:

Мишка зайку испугал.

Зайка прыг... и ускакал.

Он пугает детей, изображая мишку, они разбегаются по площадке кто куда.

«Снежиночки – пушиночки»

Играющие движутся гурьбой вокруг снеговика, поворачиваясь одновременно и вокруг себя. Через некоторое время направление движения меняется, хоровод кружится в другую сторону. Взрослый говорит: «Снежиночки-пушиночки устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть». Играющие останавливаются, приседают. Отдохнув немного, возобновляют игру.

«Праздничный торт»

Уплотняя снег лопаточкой и придавая ему необходимую форму, дети изготавливают большой праздничный торт, квадратный, круглый или другой формы, украшают его цветными льдинками.

Забавные упражнения.

«Белые медведи»

Дети входят на снежную горку по скату на четвереньках (на прямых ногах), переваливаясь с боку на бок, изображая белых медведей. Взобравшись наверх, они встают и сбегают вниз.

«Снайперы»

На верхний край снежной стенки или вала кладут яркий кубик, кеглю и другой предмет. Играющие стараются сбить его снежком.

Можно поставить для сбивания несколько одинаковых или разных предметов. В этом случае в игре одновременно будет участвовать больше детей - по числу предметов-целей.

«Кто дальше?»

Играющие становятся в шеренгу. В каждой руке у них по снежку. По сигналу: «Бросай правой (левой)!» — все одновременно стараются бросить снежок как можно дальше по направлению к забору, елке или другому ориентиру. Чей снежок пролетит дальше других, тот считается выигравшим.

Подготовила: воспитатель Попова В.М.