

Зимние ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ



Снежная королева

Цель. Умение напрягать и расслаблять поочередно мышцы всего тела, координировать движения.

Ход игры. Сначала педагог, в дальнейшем ребенок, превращается в «Снежную королеву» и начинает постепенно «замораживать» всех детей, называя при этом определенные части тела (правая рука, левая рука, левая нога, голова, соответствующие мышцы напрягаются. Дети превращаются в ледяную скульптуру, которая начинает медленно таять под лучами солнца. (Расслабляются шея, руки, корпус, ноги, дети сначала опускаются на корточки, затем полностью расслабляются и ложатся на пол.

Завладей палкой

Ход игры: Соревнуются 2 команды, по 3-6 человек в каждой. Игроки обеих команд рассчитываются по порядку и строятся в общую шеренгу. Одна команда располагается справа от ведущего, другая — слева. Лыжные палки все участники втыкают в снег позади себя. Ведущий берет одну из палок и кидает ее, словно копье, вперед. Палка, пролетев 10-15 м, падает и втыкается в снег. В это время ведущий называет любой номер, например 2. Игроки обеих команд, имеющие этот номер, стремительно бегут на лыжах к палке. Каждый стремится обогнать своего партнера, чтобы первым схватить палку и поднять ее вверх. Тот, кому это удастся, получает для своей команды 1 очко. Игроки возвращаются на свои места, а ведущий снова берет палку и бросает ее вперед, вызывая новый номер, и т. д. Выигрывает команда, набравшая большее число очков.

Выручалочки

Ход игры: Играющие выбирают водящего, который становится салкой и должен осалить любого игрока. Особенность этой игры в том, что, как только водящий начинает настигать кого-то, любой игрок может выручить товарища, пробежав между ними и преследователем. И тогда водящий — салка — обязан бежать за ним, но и того могут выручить товарищи таким же образом. Игрок, которого осалит салка, меняется с ним ролями, и игра продолжается с новым водящим.

Разноцветные снежинки

Ход игры: Дети делятся на команды. У каждого участника команды в руках цветная снежинка. По сигналу первый бежит к сугробу, где стоит флажок такого же цвета, как и снежинка у него в руках, прищепкой прикрепляет ее к флажку и возвращается обратно. Выигрывает команда, игроки которой первыми прикрепят свои снежинки.

Снеговик

Среди нашего двора
Снеговик стоял вчера.
Сами мы его слепили,
Нос - морковку не забыли,
А сегодня за окном
Потекли ручьи кругом.

Ход игры: дети обыгрывают стихотворение, а затем показывают, как таял снеговик.

Зимушка-зима

Ход игры: По команде дети выполняют следующие задания: «Мороз» - стоять, «Вьюга» - бег на месте, «Метель» - присесть, «Снег» - кружиться на месте. Воспитатель при этом может показывать другие движения, например, говорит «Снег», а сам приседает. Выигрывает тот, кто не сделает ни одной ошибки.

Зайцы и волк

Ход игры: Одного из играющих назначают волком, остальные изображают зайцев. Зайцы располагаются на одной стороне площадки, волк на противоположной.

«Зайцы скачут *«Скок-скок-скок»*

На заснеженный лужок.

Кору щиплют, кушают,

Осторожно слушают –

Не идет ли волк.

Зайцы разбегаются по площадке. Прыгают на двух ногах, присаживаются, оглядываются в поисках волка. Воспитатель произносит слово *«Волк»*, и волк выходит из укрытия и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Присевшего зайца волк не может осалить. Пойманных зайцев он отводит в сторону. После того как были пойманы 2-3 зайца, выбирается другой волк.

Запретный круг

Ход игры: На снегу рисуется круг. Дети, взявшись за руки, становятся вокруг него. По первому сигналу водящего они передвигаются хороводом в ту или иную сторону. По второму сигналу все, не разъединяя рук, стараются кого-либо втянуть внутрь круга. Кто не удержался и заступил за черту круга, выходит из игры. Ведущий опять подает сигнал, и дети снова ведут хоровод. Играют до тех пор, пока размеры круга позволяют еще братья за руки.

Снежиночки-пушиночки

Ход игры: Дети движутся гурьбой вокруг снеговика, повертываясь одновременно и вокруг себя.. Взрослый говорит:

«Снежиночки- пушиночки устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть».

Играющие останавливаются, приседают. Отдохнув немного, возобновляют игру.

Зима пришла!

Ход игры: 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.

Снежинки и ветер

Ход игры: 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.

Мороз

Ход игры: С помощью считалки выбирается Дед Мороз.

Ты зеленый, ты красный,
Ты в шубе, ты в кушаке,
У тебя синий нос,
Это ты, Дед Мороз!

Все дети разбегаются, а Дед Мороз старается дотронуться до любого игрока и заморозить его. Замороженный стоит неподвижно в любой позе.

Правила: разбежаться можно только после окончания считалки. В момент заморозки можно принять любую позу. Выигрывает тот, кто ни разу не попался Деду Морозу.

Ловишки - елочки

Ход игры: Дети произвольно располагаются на площадке, ловишка стоит в середине. По сигналу: «*Раз, два, три - лови!*» - все разбегаются по площадке, увертываются от ловишки.

Зимние забавы

Ход игры: Дети стоят в кругу. Взрослый произносит слова:

Возьмём снега мы немножко,
Снежки слепим мы в ладошках.
Дружно ими по бросались —
Наши руки и размялись.
А теперь пора творить,
Бабу снежную лепить.
Ком за комом покатили,
Друг на друга водрузили.
Сверху третий, малый ком.
Снег стряхнули с рук потом.

Правила: дети за воспитателем повторяют стихотворение и выполняют движения согласно тексту.

Метелица

Ход игры: Все дети встают друг за другом и берутся за руки. Первым стоит взрослый - он метелица. Метелица медленно пробегает между снежными постройками, валами, санками змейкой или обегает их, ведя за собой. Ребята стараются не разорвать цепочку и не наткаться на предметы.

Снежная карусель

Ход игры: Взявшись за руки, дети образуют круг вокруг снеговика и изображают снежинки. По сигналу взрослого они идут сначала медленно, потом все быстрее, в конце концов бегут. После того как играющие пробегут по кругу несколько раз, взрослый предлагает им изменить направление движения, говоря: «*Ветер изменился, полетели снежинки в другую сторону*». Играющие замедляют движение, останавливаются и начинают двигаться в противоположном направлении. Сперва они двигаются медленно, а потом все быстрее и быстрее, пока взрослый не скажет: «*Совсем стих ветер, снежинки спокойно падают на землю*». Движение снежной карусели замедляется, дети останавливаются и отпускают руки.

Затейники

Ход игры: Один из играющих выбирается затейником, он становится в середину круга. Остальные дети идут по кругу, взявшись за руки. Они произносят:

«Ровным кругом,
Друг за другом,
Мы идем за шагом шаг.
Стой на месте,
Дружно вместе
Сделаем. вот так».

Опуская руки, играющие останавливаются. Затейник показывает какое-нибудь движение, имитирующее позу конькобежца, шаг лыжника, вращение фигуриста, удар клюшкой или действия вратаря в хоккее, а также любое другое действие.

Попади в ведро

Ход игры: Дети становятся полукругом вокруг небольшого ведёрка, у каждого в руках снежки. Дети бросают снежки в ведёрко с расстояния 1,5 – 2 м.

Указание: детей надо расставлять только с одной стороны, чтобы они не попали друг в друга. Группа должна быть небольшой – 2-3 человека.

Берегись заморозу!

Все играющие собираются на одной стороне площадки, взрослый с ними. «*Убегайте, берегитесь, догоню и заморозу*», - говорит он. Дети бегут к противоположной стороне площадки, чтобы спрятаться в «доме».

Белые медведи

Ход игры: На игровой площадке отмечается участок, изображающий льдину. На льдине – два «*белых медведя*» – водящие. Они могут произносить следующие слова:

«Мы плывем на льдине,
Как на бригантине,
По седым суровым морям.
Кто не бережется,
Не остережется,
Тот, наверняка уж, попадется нам.
Раз-два-три – беги!»

С последними словами остальные играющие разбегаются по площадке. Медведи выходят на охоту, держась за руки. Настигнув кого-нибудь, они стараются обхватить ребенка обеими свободными руками. Если медведям это удастся, то пойманный сам становится медвежонком и присоединяется к водящим. Теперь медведи продолжают «охоту» втроем. Выигравшими считаются те дети, которым удастся дольше всех не попасться в лапы медвежьей семейки.

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.

Попляши и покружись!

Ребята разбиваются на пары и берутся за руки, стоя лицом друг к другу. По сигналу взрослого: «Попляшем» - они приседают и приплясывают. Через некоторое время взрослый говорит: «А теперь покружимся!» - и ребята кружатся в парах. Когда же он произнесет: «Стой!», дети должны остановиться и, продолжая держаться за руки, устоять на одной ноге, отведя другую назад.