

Зима- это сказочное время, время самых разнообразных игр и развлечений на свежем воздухе! На ряду с традиционными зимними развлечениями, подвижные игры являются неотъемлемой частью прогулки с ребенком зимой.

Особенности проведения подвижных игр на улице

- * Не следует включать игры с движениями, требующие большой амплитуды;
- * не желательно предлагать игры с продолжительным бегом;
- * в холодную погоду не следует планировать игры с речитативом и пением;
- * рекомендуется проводить игры, сюжет которых соответствует сезону.



Значение подвижных игр.

1. Совершенствование физических способностей ребенка.
2. Укрепление здоровья и повышение защитных сил организма.
3. Укрепление нервной системы.

Синицы и снегири

Это один из вариантов игры в салочки. Дети делятся на две команды: одна команда — «синицы», другая — «снегири». Можно

4. Создание условий для положительного психоэмоционального состояния детей.
5. Развитие внимания, памяти, воображения, самостоятельности и инициативы.
6. Воспитание и формирование личностных качеств.



Выбей шайбу

Для игры понадобится шайба или небольшой деревянный брусок. Выбирается ведущий, он будет выбивать шайбу. Остальные игроки становятся в круг.

Задача ведущего — выбить шайбу за пределы круга, задача игроков — помешать ему сделать это. Тот, кто пропустит шайбу справа от себя, становится внутрь круга на место ведущего.

Бой в кругу

Для игры понадобится обыкновенный гимнастический круг. Внутри круга становятся два участника. Каждый из них поджимает одну ногу и заводит руки за спину.

Задача участника — вытолкнуть противника из круга, прыгая на одной ноге.

Чехарда

Один из игроков, выбранный ведущим, приседает на корточки.

Катание снежков

Для игры понадобятся две небольшие палки и два снежка. Для того чтобы снежки не сливались друг с другом, их можно подкрасить с помощью распылителя или акварельной краски. Для каждой команды можно подобрать свой цвет. Задача игроков — при помощи палки докатить снежок до финишной точки и обратно.

После этого палка передается следующему участнику и т.д. Выигрывает та команда, которая справится с заданием 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.

Тренога

Игроки разбиваются на пары и встают на стартовую линию. На финише нужно расположить кеглю или флажок, отдельный для каждой пары. Правая нога одного игрока привязывается к левой ноге другого. Задача пары — пробежать «на трех ногах» до финишной точки и обратно. Побеждают те, кто справится с заданием быстрее.

выбрать и другие названия, главное, чтобы их удобно было произносить.

Ведущий называет одну из команд, и та должна ловить участников другой команды.

Например, сначала «синицы» ловят «снегирей», затем наоборот.

Перебежки с ведерками

Игроки делятся на две команды. Для игры нужны два пластмассовых ведерка. Команды выстраиваются на старте в параллельные колонны. На финишной линии необходимо соорудить большой сугроб. По сигналу ведущего первые игроки начинают движение к финишной прямой, там набирают снег в ведерки (не трямбруя его) и возвращаются к команде. После этого игроки высыпают снег из ведра и передают его следующему участнику. Снег, который приносят игроки, нужно высыпать в один сугроб.

Участник, вернувшийся к своей команде первым, зарабатывает очко. После того как все участники выполнили задание, ведущий сравнивает размеры сугроба каждой из команд. Та команда, у которой сугроб больше, получает дополнительно пять очков. Все очки суммируются, и объявляется победитель.

Задача остальных участников — перепрыгнуть через него. В течение игры ведущий постепенно выпрямляется, и участникам становится сложнее перескочить препятствие. Тот, кто ошибся в прыжке — выбывает из игры. Побеждает игрок, который смог одолеть наибольшую высоту.

Снежные обгонялки

Перед участниками соревнования стоят снежные комья. По сигналу игроки начинают катить ком по направлению к финишу. Выигрывает тот, кто первым доберется до финиша.

Тяни-толкай

На санки спиной друг к другу садятся два игрока. Нужно как можно быстрее добраться до финиша, отталкиваясь только ногами (один игрок едет лицом к финишу, второй



Департамент образования города Москвы
ГБОУ Д/С № 696

« Игры и упражнения зимой на прогулке»



Подготовила воспитатель Шишкова А.Н.
Москва 2014 год