



ИГРЫ НА СНЕЖНОЙ ПЛОЩАДКЕ.

(Для детей 5-7 лет).

1. Взрослые помогают детям организовать упражнения и игры с учетом состояния погоды. В холодные дни больше движений, игр-соревнований, и поэтому необходимы игрушки и пособия, стимулирующие двигательную активность (санки, лыжи, клюшки и шайбы, вожжи др.). В тёплую погоду хорошо лепить из мягкого снега снеговиков, снежки, строить крепости и др.

2. Правильным будет, если играть на прогулке в несколько игр сразу (2-3), но чередовать игры на разные группы мышц (с прыжками или бегом, на равновесие, с метанием, с подлезанием), чередовать игру по нагрузке (сначала с бегом, потом на метание, или выполняя упражнения стоя на месте).

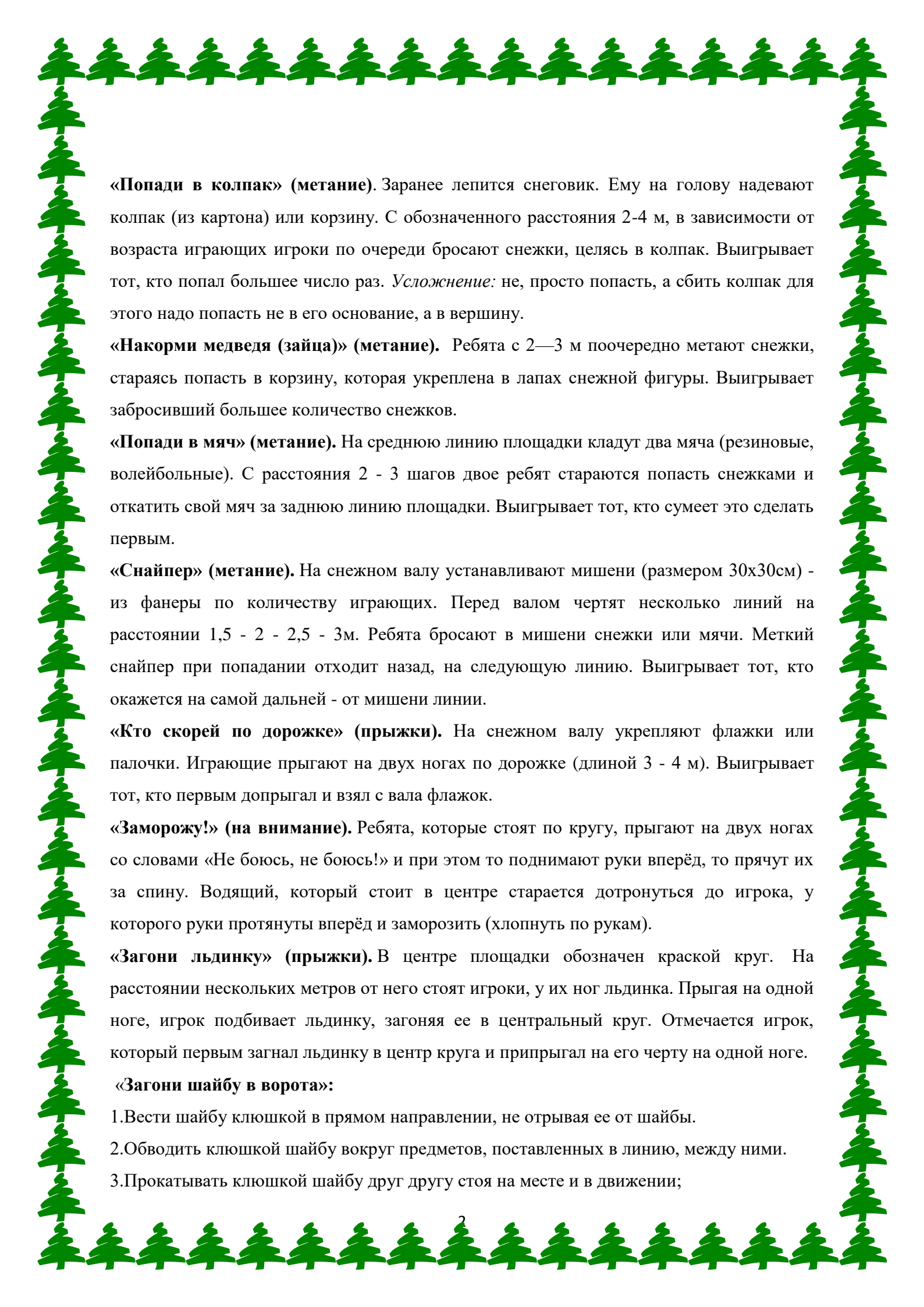
Во время оттепели, когда снег хорошо лепится, из него можно соорудить снежную крепость, фигуры зверей, снеговика, заготовить снежки для игр с метанием.

«Скатай шар» (на силу). Играющие делятся на равные возрастные группы, договариваются о продолжительности игры (4—5 мин) и начинают катать снежный ком, стараясь делать его как можно большим. Выигрывает группа, скатавшая за установленное время самый большой ком.

«Не попади в сугроб» (на силу). На площадке насыпается небольшой сугроб или кладется снежный ком. Играющие берутся за руки, образуют круг, и по команде тянут друг друга на сугроб. Проигравшим считается тот, кто попадет в сугроб или столкнет в сторону ком.

«Веселые снежинки» (с бегом). Играющие разбегаются по площадке. Взрослый говорит: ветер подул, закружил снежинки — ребята кружатся на том месте, где их застал сигнал. Взрослый: «Снежиночки - пушиночки устали на лету, кружиться перестали, присели отдохнуть» — малыши приседают. Затем дети снова разбегаются по площадке, игра повторяется.

«Трудный переход» (равновесие). На площадке, где имеется снежный вал, скамейка, снежные бугорки разной высоты (20—30 см, расстояние между ними 10—15 см), детям можно предложить пройти, сохраняя равновесие, по этим постройкам. Обязательно установить направление движения во избежание столкновения. Страховка со стороны взрослых обязательна!!!!



«**Попади в колпак**» (метание). Заранее лепится снеговик. Ему на голову надевают колпак (из картона) или корзину. С обозначенного расстояния 2-4 м, в зависимости от возраста играющих игроки по очереди бросают снежки, целясь в колпак. Выигрывает тот, кто попал большее число раз. *Усложнение:* не, просто попасть, а сбить колпак для этого надо попасть не в его основание, а в вершину.

«**Накорми медведя (зайца)**» (метание). Ребята с 2—3 м поочередно метают снежки, стараясь попасть в корзину, которая укреплена в лапах снежной фигуры. Выигрывает забросивший большее количество снежков.

«**Попади в мяч**» (метание). На среднюю линию площадки кладут два мяча (резиновые, волейбольные). С расстояния 2 - 3 шагов двое ребят стараются попасть снежками и откатить свой мяч за заднюю линию площадки. Выигрывает тот, кто сумеет это сделать первым.

«**Снайпер**» (метание). На снежном валу устанавливают мишени (размером 30x30см) - из фанеры по количеству играющих. Перед валом чертят несколько линий на расстоянии 1,5 - 2 - 2,5 - 3м. Ребята бросают в мишени снежки или мячи. Меткий снайпер при попадании отходит назад, на следующую линию. Выигрывает тот, кто окажется на самой дальней - от мишени линии.

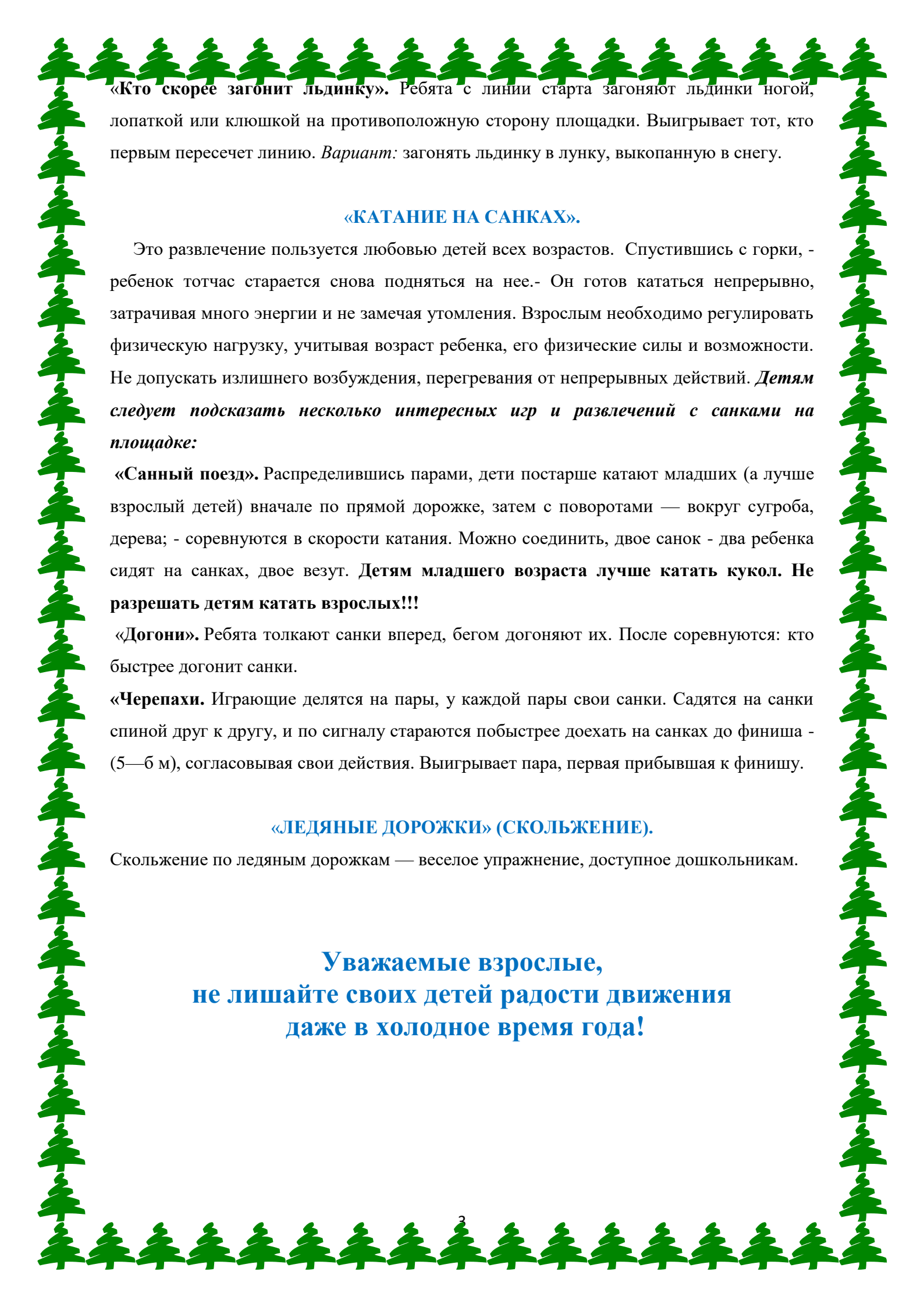
«**Кто скорей по дорожке**» (прыжки). На снежном валу укрепляют флажки или палочки. Играющие прыгают на двух ногах по дорожке (длиной 3 - 4 м). Выигрывает тот, кто первым допрыгал и взял с вала флажок.

«**Заморожу!**» (на внимание). Ребята, которые стоят по кругу, прыгают на двух ногах со словами «Не боюсь, не боюсь!» и при этом то поднимают руки вперёд, то прячут их за спину. Водящий, который стоит в центре старается дотронуться до игрока, у которого руки протянуты вперёд и заморозить (хлопнуть по рукам).

«**Загони льдинку**» (прыжки). В центре площадки обозначен краской круг. На расстоянии нескольких метров от него стоят игроки, у их ног льдинка. Прыгая на одной ноге, игрок подбивает льдинку, загоняя ее в центральный круг. Отмечается игрок, который первым загнал льдинку в центр круга и припрыгал на его черту на одной ноге.

«**Загони шайбу в ворота:**

1. Вести шайбу клюшкой в прямом направлении, не отрывая ее от шайбы.
2. Обводить клюшкой шайбу вокруг предметов, поставленных в линию, между ними.
3. Прокатывать клюшкой шайбу друг другу стоя на месте и в движении;



«Кто скорее загонит льдинку». Ребята с линии старта загоняют льдинки ногой, лопаткой или клюшкой на противоположную сторону площадки. Выигрывает тот, кто первым пересечет линию. *Вариант:* загонять льдинку в лунку, выкопанную в снегу.

«КАТАНИЕ НА САНКАХ».

Это развлечение пользуется любовью детей всех возрастов. Спустившись с горки, - ребенок тотчас старается снова подняться на нее.- Он готов кататься непрерывно, затрачивая много энергии и не замечая утомления. Взрослым необходимо регулировать физическую нагрузку, учитывая возраст ребенка, его физические силы и возможности. Не допускать излишнего возбуждения, перегревания от непрерывных действий. *Детям следует подсказать несколько интересных игр и развлечений с санками на площадке:*

«Санный поезд». Распределившись парами, дети постарше катают младших (а лучше взрослых детей) вначале по прямой дорожке, затем с поворотами — вокруг сугроба, дерева; - соревнуются в скорости катания. Можно соединить, двое санок - два ребенка сидят на санках, двое везут. **Детям младшего возраста лучше катать кукол. Не разрешать детям катать взрослых!!!**

«Догони». Ребята толкают санки вперед, бегом догоняют их. После соревнуются: кто быстрее догонит санки.

«Черепахи. Играющие делятся на пары, у каждой пары свои санки. Садятся на санки спиной друг к другу, и по сигналу стараются побыстрее доехать на санках до финиша - (5—6 м), согласовывая свои действия. Выигрывает пара, первая прибывшая к финишу.

«ЛЕДЯНЫЕ ДОРОЖКИ» (СКОЛЬЖЕНИЕ).

Скольжение по ледяным дорожкам — веселое упражнение, доступное дошкольникам.

**Уважаемые взрослые,
не лишайте своих детей радости движения
даже в холодное время года!**