

Подвижные игры для детей на свежем воздухе зимой.

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 и др. - 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 и 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.

Подвижные игры для детей на свежем воздухе:

1. Зима пришла!
2. Берегись, заморожу.
3. Снежинки и ветер.
4. Найди Снегурочку.
5. Лиса в курятнике.
6. Зайка беленький сидит.
7. Снежиночки-пушиночки.
8. Праздничный торт.
9. Мороз - Красный нос.
10. Снежная карусель.
11. Мы - веселые ребята.
12. Затейники.
13. Ловишки парами.
14. Ловишки-елочки.
15. Ловишки со снежком.
16. Метелица.
17. Тройки.
18. Чья пара скорей?

1. 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.

2. Берегись, заморожу!

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

3. Снежинки и ветер.

Ход игры: В этой игре дети играют роль снежинок.

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.

4. Найди Снегурочку.

Ход игры: 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.

5. Лиса в курятнике.

Ход игры: Для начала игры выберете лису с помощью считалки. Остальные дети будут курами.

Дети взбираются на снежный вал и присаживаются (сидят на насесте). На противоположной стороне площадки в норе живет лиса. Куры разбегаются по двору, хлопают крыльями, клюют зерна, кудахчут.

По сигналу взрослого: «Лиса!» — куры убегают, прячутся в курятник, взлетают на насест. Лиса хватает (салит) ту курицу, которая не успела взобраться на насест.

6. Зайка беленький сидит.

Ход игры: Играющие подражают 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.

7. Снежиночки-пушиночки.

Ход игры: 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.

8. Праздничный торт.

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

9. Мороз - Красный нос.

Ход игры: На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки лицом к ним становится водящий - Мороз - Красный нос. Он произносит:

Я Мороз — Красный нос.
Кто из вас решится
В путь-дороженьку пуститься?
Играющие хором отвечают:
Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз.

После этого они перебегают через площадку в другой дом, Мороз догоняет и старается их заморозить (коснуться рукой). Замороженные останавливаются на том месте, где их настиг Мороз, и стоят так до окончания перебежки. Мороз подсчитывает, скольких играющих удалось заморозить. При этом учитывается, что играющие, выбежавшие из дома до сигнала или оставшиеся в доме после него, тоже считаются замороженными. После нескольких перебежек выбирают нового Мороза. В конце игры подводятся итоги, сравнивают, какой Мороз заморозил больше играющих.

Вариант. Игра протекает так же, как и предыдущая, но в ней два Мороза (Мороз - Красный нос и Мороз - Синий нос). Стоя посередине площадки лицом к детям, они произносят:

Мы два брата молодые,
Два Мороза удалые,
Я Мороз – Красный нос,
Я Мороз – Синий нос.
Кто из вас решится
В путь-дороженьку пуститься?

После ответа:

Не боимся мы угроз,
И не страшен нам мороз,—
все играющие перебегают в другой дом, а оба Мороза стараются их заморозить. Они подсчитывают, сколько играющих удалось заморозить.

В конце игры выясняется, какая пара Морозов заморозила больше играющих.

10. 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. После небольшого отдыха игра возобновляется.

11. Мы - веселые ребята.

Ход игры: Дети становятся на одной стороне площадки за воображаемой чертой. На противоположной стороне площадки сугроб или снежный вал. Немного в стороне, сбоку от играющих, располагается ловишка (его назначает взрослый или выбирают дети). Играющие хором произносят:

Мы — веселые ребята,
Любим бегать и скакать.
Ну, попробуй нас догнать,
Раз, два, три — лови!

После этого все перебегают на другую сторону площадки и прячутся за сугроб. Ловишка догоняет бегущих, осаленные им отходят к стороне. Ловишка не может ловить тех играющих, которые успевают убежать за сугроб. Он подсчитывает пойманных после каждой перебежки. После 3-4 перебежек подсчитывают сколько всего играющих удалось поймать ловишке и выбирают нового.

12. 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, характерное для одного из зимних видов спорта. Все дети должны повторить это действие и назвать его. После нескольких повторений игры затейник выбирает на свое место кого-нибудь другого из играющих. Затейники должны стараться вспоминать разнообразные движения спортсменов, не повторять уже показанных.

13. Ловишки парами.

Ход игры: Дети становятся попарно один за другим на расстоянии 2-3 шагов на одной стороне площадки. По сигналу взрослого первые в парах быстро бегут на другую сторону площадки, стоящие сзади стараются поймать их (каждый свою пару). При повторении игры дети меняются ролями.

14. 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. Ребята стараются выручать друг друга, так как ловишке нельзя запятнать тех детей, которые станут лицом друг к другу и, вытянув руки в стороны вниз, будут изображать елочку.

15. Ловишки со снежком.

Ход игры: Невысоким снежным валиком обозначается круг диаметром 4-5м. В нем собирается группа играющих. Водящий становится на расстоянии 2-3м от круга, на этом расстоянии он может передвигаться вдоль круга. В руках у него корзинка со снежками. По сигналу взрослого ловишка старается снежком попасть в кого-нибудь из увертывающихся в кругу детей. Взрослый следит за тем, какой по счету снежок окажется метким и ловишка запятнает им одного из игроков. Игра повторяется 2-3 раза, после этого выбирается новый ловишка.

16. 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 наткнуться на предметы.

17. Тройки.

Ход игры: Дети по трое берутся за руки скрестно и бегут по площадке, высоко поднимая колени. Какая тройка лучше?

18. Чья пара скорей?

Ход игры: Дети образуют два звена, в каждом из них распределяются на пары, становясь друг за другом. По сигналу взрослого две первые пары детей, взявшись за руки, быстро бегут в сторону снеговика, стараясь обогнать одна другую. Пробежавшие пары возвращаются и становятся в конце колонны, бегут следующие пары.