

Зима пришла, зиме дорогу!

(Игры 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.

Подвижные игры на свежем воздухе зимой для младших дошкольников.

Игры и забавы с санками.

Санный круг

В этой игре участвуют несколько детей.

Санки расставляются по большому кругу на расстоянии не менее 2-3 м. друг от друга. Каждый играющий становится около своих санок внутри круга. Взрослый предлагает побегать всем вместе друг за другом так, как будто автомобили едут по дороге. Возле санок автомобили останавливаются, шоферы выходят отдохнуть и присаживаются на них. Потом они снова садятся в машины и едут до следующей остановки.

Если круг большой - длинный рейс, то автомобили продолжают движение до сигнала взрослого: "Остановка!". По этому сигналу каждый занимает одну скамеечку-саночки.

Движение автомобилей возобновляется только по указанию взрослого.

Санная путаница.

Эту игру вы можете также проводить вдвоем со своим малышом.

Играющие колонной вслед за взрослым бегут то к одним, то к другим расставленным по краям площадки санкам. Добежав до санок, колонна обегает их кругом и только потом направляется к другим санкам. Изредка взрослый предлагает детям совершить два круга около одних санок.

Попрыгунчики около санок

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.

Санный 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).

Веселые тройки.

Заранее изготавливается упряжь — дуга с колокольчиком, вожжи с бубенчиками. Трое ребят впрягаются в упряжь и везут санки, на которых сидят двое детей. Правит тройкой сидящий впереди. Через некоторое время сдоки говорят: «Тпру! Меняемся местами!»

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.

Лиса в курятнике.

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.

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.

По снежному мостику.

Дети друг за другом поднимаются на снежный вал и проходят по нему до конца, сохраняя равновесие. Дойдя до конца вала, спрыгивают с него и возвращаются в колонну, чтобы пройти по валу еще раз.

Следите за тем, чтобы дети не мешали тем, кто идет по валу, не торопили их, помогайте робким и неуверенным в себе.

Поезд и туннель.

Играющие, положив друг другу одну руку на пояс, изображают поезд. Стоящий первым изображает паровоз, другие дети — вагоны. Паровоз гудит: «Ту-у-у!». По этому сигналу поезд трогается с места и отправляется по направлению к снежному туннелю. Подъезжая к нему, паровоз снова гудит, ребенок, изображающий его, наклоняется и проходит в туннель, за ним проходит весь поезд. Затем паровоз изображает другой играющий, и поезд снова отправляется в путь.

Стенка-мишень.

Дети играют группами по несколько человек, каждый готовит для себя по 5 снежков. На снежной стенке изобразите цветной круг диаметром 75 см. Ребята становятся на расстоянии 6 шагов от стенки-мишени. Сначала один ребенок бросает подряд все свои снежки, стараясь попасть в мишень. Остальные следят за ним и подсчитывают, сколько метких бросков удастся ему сделать. Потом бросает снежки следующий. Вместо нарисованной мишени в стене могут быть сделаны отверстия любой формы — круглые, квадратные, треугольные и т. п. В этом случае снежком надо постараться попасть в отверстие.

Снайперы.

На верхний край снежной стенки или вала кладут яркий кубик, кеглю и другой предмет. Дети 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 указанию взрослого: «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.

Кто к нам приходил?

«Кто к нам в гости приходил?» — спрашивает взрослый у детей, увидев на снегу свежие следы (собаки, зайца, кошки, вороны, петуха и т.д.).

Дети внимательно рассматривают следы. Когда вместе они определяют, чьи следы на снегу, они подражают наиболее характерным движениям этого животного или птицы, воспроизводят их звуки (собака лает, корова мычит, петух кричит «ку-ка-ре-ку» и т. д.).

На ледяных дорожках.

Ребенку предлагается пройти по ледяной дорожке, передвигая ноги по льду и стараясь не упасть. Если все-таки упадет, взрослый подбадривает его, побуждая подняться самостоятельно.

Взрослые или старшие дети берут малыша с двух сторон за руки и прокатывают по ледяной дорожке или плотно укатанному снегу. Ребенок пробует разбежаться (2-3 шага) и проскользнуть немного по ледяной дорожке самостоятельно.

Малыш приседает и берется за толстую веревку, сложенную петлей, которую держит взрослый. Взрослый тянет его за веревку, продвигаясь вперед.

Игры с санками и самокатами.

На горке.

На санках с горки дети катаются по-разному: сидя верхом (держась за веревочку или опираясь руками сзади о санки), лежа на животе, лежа на спине (ногами вперед), стоя на коленях.

На спуске с горки можно устроить воротца из длинных прутьев. Проезжая через них, дети учатся управлять санками на ходу: опускать на снег ногу с той стороны, в которую надо повернуть; крепко сжав санки коленями, слегка наклонять туловище назад - в сторону поворота.

Можно предложить при спуске на санках с горки собрать расставленные вдоль склона 3 флажка.

Дети любят кататься на салазках, «кобылках», «коне-огне», санках-самоделках. Полоз их изготавливается из обтесанного полена или доски. Для сиденья на верхней стороне полоза из доски или половинки круглого полена устраивается скамейка.

На санках-самокатах дети катаются с горки или скользят по ровному месту, стоя на одной ноге и отталкиваясь другой. Их можно изготовить из старых лыж, толстого металлического прута.

Много радости доставляет катанье с горки вдвоем или втроем на одних санках.

На ровном месте.

Можно организовать, используя санки, такие упражнения - забавы:

Расставить 5-6 санок на расстоянии 1-1,5 м и пробегать между ними змейкой; то же – пробежать, перешагивая через них.

Встать лицом к санкам сбоку, встать на санки, сойти с них так, чтобы они не сдвинулись с места.

Встать рядом с санками и, опираясь о них руками, перепрыгнуть через них.

Устоять на санках на одной ноге как можно дольше.

Детям встать сбоку от своих санок, подальше друг от друга. Всем вместе наклониться, взять санки за сиденье, прижать их к груди, затем держать на вытянутых руках перед собой, поднять над головой.

Поднять санки над головой и опустить их на снег с другой стороны.

Стоя к санкам лицом, наклониться и опереться о них руками, присаживаться и вставать, не отрывая рук от санок.

Успей первым.

Двое-трое санок расставляют параллельно друг другу на расстоянии примерно 2-3 шагов. Ребята становятся каждый рядом со своими санками справа или слева, в зависимости от условия задания. По сигналу взрослого дети оббегают каждый свои санки и стараются как можно быстрее вернуться на исходное место.

Для разнообразия и усложнения задания при повторении можно ввести дополнительные задания: вернувшись в исходную позицию, повернуться лицом к санкам и присесть, опираясь о санки руками, либо сесть на санки.

Ребенок бежит, опираясь на санки руками сзади, до сугроба, снеговика (на расстояние 5-6 м от исходной позиции), оббегает его и возвращается на место. Если в игре одновременно занято несколько человек, то для каждого должен быть подготовлен свой предмет-ориентир для обегания.

Гонки санок.

Ставят санки на одну линию, садятся на них верхом, опустив ноги на землю. По сигналу взрослого: «Вперед!» - передвигаются на санках до обозначенного ориентира (сугроба, флажков, снежного вала и т. п.), отталкиваясь ногами. Можно предложить покататься на санках лежа на животе, отталкиваясь руками, померяться силами с товарищем в этом упражнении.

Санки располагают на исходной линии, а играющие встают сбоку. По сигналу взрослого: «Начали!» — все быстро повертываются, садятся на конец санок спиной вперед и, отталкиваясь ногами назад, продвигаются в указанную сторону. По сигналу: «Стоп!» - играющие прекращают двигаться. Выигрывает тот, чьи санки окажутся впереди других.

На санки!

Санки расставляют на одной стороне площадки по числу на один меньше, чем играющих. Дети произвольно бегают, кружатся на другой стороне площадки. Как только взрослый произнесет: «На санки!», надо быстро добежать до санок и сесть на них. Опоздавший остается без места.

Быстрые упряжки.

На линии старта дети выстраиваются по трое у одних санок. По команде: «Старт!» - один садится на санки, а двое берутся за веревочку и везут санки до финиша. Какая упряжка окажется быстрее? При повторении дети меняются ролями.

Два на два.

Договариваются играть четверо детей. Они садятся по двое на санки, ноги ставят на полозья. Дети скользят вперед на санках, отталкиваясь недлинными палками. Кто кого обгонит?

Хоровод с санками.

Вокруг большого снежного кома или сугроба 4-5 детей водят хоровод. За спиной у них на расстоянии 5-6 шагов стоят несколько санок, их меньше, чем играющих детей. Как только кто-нибудь из детей наступит на снежный ком, все бегут к санкам. Кто успеет сесть, тот поедет, кто не успеет - повезет седока 2-3 круга. А потом опять кружится веселый хоровод.

На снежной площадке.

Снежная карусель.

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.

Ловишки парами.

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.

Ловишки-елочки.

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.

Ловишки со снежком.

Невысоким снежным валиком обозначается круг диаметром 4-5 м. В нем собирается группа играющих. Водящий становится на расстоянии 2-3 м 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.

Метелица.

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.

Тройки.

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

Чья пара скорей?

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.

Скок-подскок.

Все встают в кружок вокруг снеговика боком к нему. Поставив руки на пояс, подсакивают вверх, слегка продвигаясь вперед. Потом повертываются кругом и продвигаются подскоками в другую сторону. По сигналу взрослого дети быстро разбегаются по площадке, затем вновь собираются вокруг снеговика.

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. При повторении игры в следующий раз детям дается задание по сигналу «Стой» попробовать присесть, держась за руки, на одной ноге «пистолетиком».

Перетяжки.

Играющие образуют круг вокруг сугроба и крепко берутся за руки. Как только взрослый скажет: «Перетяжки начались!», все начинают тащить рядом стоящих в свою сторону, стараясь заставить их угодить в сугроб. Если кто-то падает в сугроб, игра приостанавливается, дети выравнивают круг. После небольшого перерыва игра продолжается.

На ледяных дорожках.

По длинной дорожке.

На утоптанном снегу заливается водой дорожка длиной 4-8 м и шириной 40-60 см. Дети, энергично разбежавшись по снегу, скользят по ледяной дорожке, стараясь проскользнуть всякий раз подальше.

На ледяной дорожке сперва в 3-4, а потом в 5-6 м от ее начала кладут цветной кубик. Ребенок, разбежавшись и скользя по ледяной дорожке, старается наехать на кубик и сдвинуть его с места ногой.

Кто дальше?

Один из детей при скольжении ногой отодвигает кубик, лежащий примерно в 2-3 м от начала дорожки, на то расстояние, которое он преодолеет. Следующий ребенок старается проскользнуть и отодвинуть кубик еще дальше и т. д. Игрок, отодвинувший кубик дальше всех, считается

выигравшим. При повторении игры он бежит и выполняет задание последним, стараясь улучшить свое собственное достижение. Дети объединяются в группы по трое. Двое из них бегут по снегу справа и слева вдоль ледяной дорожки, держа в руках кусок толстой веревки длиной 1-1,2 м. Третий скользит по ледяной дорожке, присев или стоя, держась за веревку. Играющие по очереди меняются местами. Во время скольжения предлагается повернуться кругом, присесть и снова выпрямиться, скользить после разбега лицом вперед, поставив ноги параллельно или на одной ноге, поймать брошенный снежок. Можно разбегаться и скользить по недлинным (2-3 м) ледяным дорожкам, расположенным одна за другой на расстоянии 3-5 шагов. По ледяной дорожке (длина 15-20 м) с невысокой горки можно скользить вдвоем-втроем «поездом», положив руки на пояс впереди стоящего, и в других положениях, наклонять и поднимать упавшую варежку, ловить брошенный кем-нибудь снежок и попадать им в цель, выполнять другие интересные задания.

Снегодром.

Из свежего, только недавно выпавшего снега дети лепят Снеговика, Деда Мороза и Снегурочку. Они украшают их и водят около них веселые хороводы, кружатся по одному и парами, играют в «пузырь», «каравай», «ровным кругом» и другие игры.

На сравнительно небольшой площадке взрослый предлагает соорудить разнообразные постройки из снега (дома, почту, вокзал и т. п.). Дети строят и индивидуально, и объединившись в группы. Затем взрослый предлагает детям встать друг за другом, положить руки на пояс впереди стоящему и, изображая трамвай, поехать по улицам только что построенного города. Дети должны ехать осторожно, не разрушая постройку. Особенно внимательными следует быть тем, которые двигаются в колонне последними.

Взрослый организует конкурс на лучшую фигуру из снега (самолет, ракету, большой ледокол, птицу, цветок и т. п.). Предлагается также вылепить персонажи и сценки из сюжетов на темы знакомых детям сказок: «Снежная королева», «Репка», «Красная Шапочка» и т. п.

Ледяные кружева.

Взрослый заранее вместе с детьми готовит разноцветные льдинки - синие, красные, зеленые, желтые и др. Из них дети на утоптанном снегу выкладывают разноцветные мозаики, узоры. Потом они выясняют, у кого получился самый интересный и красивый рисунок.

ХОРОШЕГО ОТДЫХА!

