

Карточка

зимних подвижных игр

Старшая группа

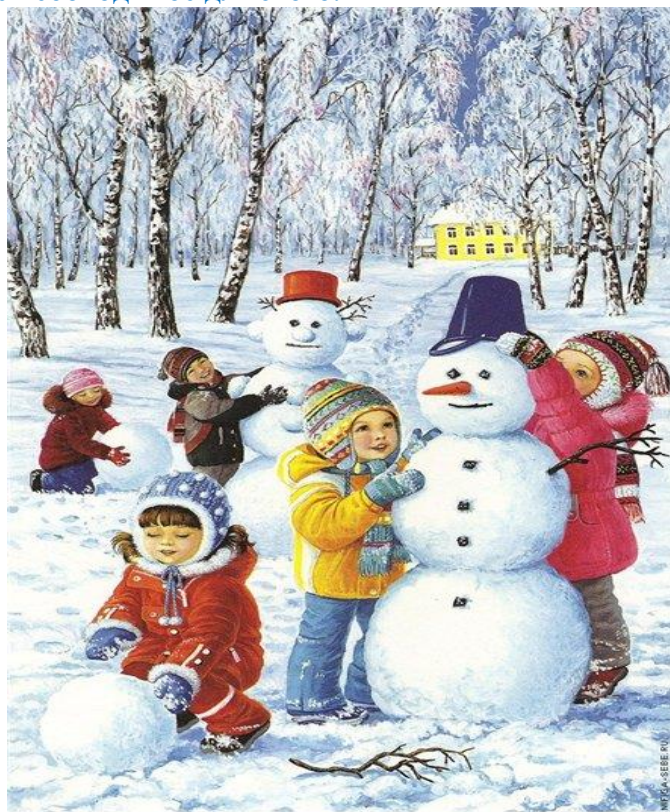


Составила: Валеева Фанузя Ранифовна, воспитатель МБДОУ Алексеевский детский сад №6 «Пчелка»

Развлечения на открытом воздухе зимой доставляют детям огромную радость и приносят неоценимую пользу их здоровью. Подвижные игры обогащают содержание прогулок, увеличивают их продолжительность.

Как много зимних развлечений и забав: катание на коньках, санках, лыжах, игры в снежки! А если прихватить на прогулку лопатки, совочки, ведерки и метелочки, можно построить целые города из снега!

Выходя на прогулку в зимнее время с ребенком или компанией детей, обязательно продумайте, в какие подвижные игры будете играть вы, в какие дети будут играть сами, и возьмите с собой все необходимое для этого.



«Кто быстрее»

Инвентарь небольшой снеговик (40—50 см); бутылочка с окрашенной водой.

Описание игры

1. Перед игрой ребенок вместе со взрослым на краю игровой площадки лепят небольшого снеговика. Напротив снеговика на расстоянии 5—6 м «цветной» водой обозначается линия старта длиной 2—3 м. Воспитатель с ребенком становятся за линию старта на небольшом расстоянии друг от друга лицом к снеговiku. Воспитатель произносит:

Перед нами снеговик.

Пусть совсем он не велик.

Но он любит пошутить

Да детей повеселить.

Побежим к нему быстрее,

Бежать вместе веселее. Раз, два, три — беги!

После этих слов воспитатель с ребенком бегут наперегонки к снеговiku. Побеждает тот игрок, который добежал до снеговика быстрее и первым дотронулся до него.

2. Нарисовать «цветной» водой перед каждым игроком подряд по 3—4 кружка, которые можно поочередно перепрыгивать;

3. Положить подряд по 4—5 снежных комка или воткнуть в снег такое же количество маленьких прутиков, которые можно обегать «змейкой»;

4. Воткнуть в снег на середине дистанции по 2 длинных прута высотой 80—100 см (или поставить стойки), натянуть на них веревку на высоте 60 см; в этом случае игроки бегут до веревки, подлезая под нее, не касаясь земли руками, выпрямляются и бегут дальше к снеговiku; и т. д.

«Снежные круги»

Инвентарь 2 мишени (60х60 см) из фанеры; бутылочка с окрашенной водой.

Описание игры

На забор, на дерево или куст вешаются мишени, на каждой заранее начерчен круг диаметром 50 см. Напротив каждой мишени на расстоянии 2,5—3 м «цветной» водой обозначается линия. Воспитатель с ребенком становятся за свои линии и лепят из снега по 10—15 снежков. После этого по команде взрослого: «Раз, два, три, круги снежками залепи!» — играющие начинают бросать снежки в свои мишени, стараясь залепить ими свои круги. Если у игроков не хватает снежков, они лепят их тут же. Победителем становится игрок, который раньше закроет площадь круга снежками.

Примечания. 1. Мишени также можно поставить на скамейку или нарисовать на стене здания мелом, углем.

2. Если ребенок при выполнении задания устал, то игру можно прервать, а затем продолжить ее после небольшого перерыва.

3. Также можно ограничить игру фиксированным временем (2—3 мин.), а потом посмотреть, у кого из игроков площадь круга, залепленная снежками, будет больше, и в соответствии с этим определить победителя.



«Взятие крепости»

Инвентарь 4—6 кеглей (высотой 20—25 см); бутылочка с окрашенной водой.

Описание игры

На игровой площадке взрослый с ребенком строят из снега крепость (высотой 50—80 см). На верхнем краю крепости расставляются кегли на расстоянии 10—15 см друг от друга. После этого напротив крепости на расстоянии 2—3 м от нее «цветной» водой обозначается линия броска. Первым за линию становится взрослый, лепит 5—8 снежков и кладет их рядом с собой. Затем произносит: «Раз-два, раз-два, начинается игра!» После этого кидает в кегли подряд все снежки. Если ему удалось сбить все кегли, то крепость считается взятой. В игру вступает ребенок и выполняет те же действия, что и взрослый.

Примечание. Игроки меняются каждый раз после того, как все снежки будут использованы, независимо от того, были сбиты все кегли (т. е. крепость взята) или нет.

«Назови вид спорта»

Взрослый с ребенком становятся на игровой площадке рядом друг с другом и берутся за руки. Они договариваются между собой, кто будет первым водящим. Затем взрослый вместе с ребенком произносят:

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

После этого игроки останавливаются, взрослый показывает какое-либо движение, характерное для одного из зимних видов спорта (например, вращение фигуриста на льду, скольжение конькобежца, удар клюшкой хоккеиста, шаг лыжника, прыжок на лыжах с трамплина и т.д.). Ребенок должен повторить движение и назвать вид спорта. После этого игроки меняются ролями, и игра повторяется.

Примечание. Повторять движения нельзя, необходимо постараться вспомнить другие.



ХИТРАЯ ЛИСА

Задачи: Развивать у детей выдержку, наблюдательность. Упражнять в быстром беге с увертыванием, в построении в круг, в ловле.

Описание: Играющие стоят по кругу на расстоянии одного шага друг от друга. Вне круга очерчивается дом лисы. Воспитатель предлагает играющим закрыть глаза, обходит круг за спинами детей и говорит «Я иду искать в лесе хитрую и рыжую лису!», дотрагивается до одного из играющих, который становится хитрой лисой. Затем воспитатель предлагает играющим открыть глаза и внимательно посмотреть, кто из них хитрая лиса, не выдаст ли она себя чем-нибудь. Играющие 3 раза спрашивают хором, вначале тихо, а затем громче «Хитрая лиса, где ты?». При этом все смотрят друг на друга. Хитрая лиса быстро выходит на середину круга, поднимает руку вверх, говорит «Я здесь». Все играющие разбегаются по площадке, а лиса их ловит. Пойманного лиса отводит домой в нору.

Правила:

Лиса начинает ловить детей только после того, как играющие в 3 раз хором спросят и лиса скажет «Я здесь!»

Если лиса выдала себя раньше, воспитатель назначает новую лису.

Играющий, выбежавший за границу площадки, считается пойманным.

Варианты: Выбираются 2 лисы.

Игры с санками и самокатами

На горке

Дети катаются на санках с горки разными способами: верхом (держась за веревочку или опираясь руками сзади о санки), лежа на животе, спине (ногами вперед), стоя на коленях.

Методические указания для педагогов: на спуске с горки можно соорудить ворота 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 отклонять туловище назад в сторону поворота.

Можно предложить при спускании на санках собрать расставленные вдоль склона флажки

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

На ровном месте

Расставить 5—6 санок на расстоянии 1—1,5 м. Можно предложить детям:

- пробежать между ними «змейкой»;
- перешагивать через них;
- встать на санки, потом сойти с них так, чтобы они не сдвинулись с места;
- встать рядом, опираясь на санки руками, перепрыгнуть через них;
- стоять на санках на одной ноге как можно дольше;
- поднять санки над головой слева и опустить их на снег справа;
- стоя к санкам лицом, наклониться, опереться на них руками, присесть и встать, не отрывая рук от санок.

Два на два

Играют четверо детей. Они по двое садятся на санки, поставив ноги на полозья. Дети скользят вперед, отталкиваясь недлинными палками. Победит пара, быстрее пришедшая к финишу.

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 задания. По сигналу взрослого дети оббегают каждый свои санки и стараются как можно быстрее вернуться на исходное место.

Методическое указание для педагогов: для разнообразия и усложнения игры можно ввести дополнительные задания: вернувшись в исходную позицию, повернуться лицом к санкам и присесть, опираясь на санки руками, либо сесть на них.

На санки!

Санки (на одни меньше, чем играющих) расставляют на одной стороне площадки. Дети бегают, кружатся на другой стороне площадки. По сигналу «На санки!» они должны 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 его до финиша. Побеждает упряжка, быстрее добравшаяся до финиша.



На снежной площадке

Мороз Красный нос

На противоположных сторонах площадки обозначаются два дома, в одном из них располагаются играющие. Посередине площадки стоит Мороз Красный нос.

Мороз Красный нос

Я Мороз Красный нос.

Кто из вас решится

В путь-дороженьку пуститься?

Дети

Не боимся мы угроз .

И не страшен нам мороз.

После этого они перебегают через площадку в другой дом,

Мороз догоняет и старается их заморозить (осалить). Замороженные остаются на месте и стоят так до окончания перебежки. Мороз подсчитывает, скольких играющих удалось заморозить.

При повторе игры выбирается новый Мороз, и уже он салит игроков, в конце подводятся итоги какой Мороз (старый или новый игрок) больше заморозил.



Снежная карусель

Взявшись за руки, дети образуют круг и изображают снежников, в середине — Снеговик. По сигналу взрослого они идут сначала медленно, потом все быстрее и переходят на бег сначала в одну сторону, потом в другую.

После небольшого отдыха игру можно возобновить.

Затейники

Один из игроков — затейник — становится в середину круга. Остальные дети идут по кругу, взявшись за руки и 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 из зимнего вида спорта: бег конькобежца, шаг лыжника, вращение фигуриста, удар клюшкой. Дети должны повторить это действие и назвать вид спорта.

При следующем повторении игры выбирается новый затейник.

Затейники должны демонстрировать движения, не повторяя уже показанных.

Ловишки парами

Дети становятся парами друг за другом на расстоянии 2—3 шагов на одной стороне площадки. По сигналу взрослого первые в парах быстро бегут на другую сторону площадки, стоящие сзади стараются их поймать (каждый свою пару).

При повторении игры дети меняются ролями.

Метелица

Дети встают друг за другом и берутся за руки. Первым стоит взрослый — Метелица. Он медленно пробегает между снежными постройками, валами, санками «змейкой» или обегает их и ведет за собой вереницу ребят.

Забавные упражнения

Попляши и покружись

Ребята разбиваются на пары и берутся за руки, встают лицом друг к другу. По сигналу взрослого «Попляшем!» приседают и приплясывают. По сигналу «А теперь покружимся!» кружатся в парах. Когда же он произносит «Стой!», дети останавливаются, отводят одну ногу назад, стараются удержать равновесие на другой ноге (при этом руки не разжимают). При повторении игры задание можно усложнить: по сигналу «Стой!» попробовать присесть, держась за руки, на одной ноге «пистолетиком».

Перетяжки

Играющие встают вокруг сугроба, крепко держась за руки. Как только взрослый скажет «Перетяжки начались!», все начинают тащить рядом стоящих в свою сторону, стараясь опрокинуть их в сугроб. Если это удастся, игра приостанавливается, дети выравнивают круг. После небольшого перерыва игра продолжается.

На ледяных дорожках

Заливается дорожка длиной 4—8 м и шириной 40—60 см. Дети скользят по ней, стараясь продвинуться как можно дальше.

Задание можно усложнить: на дорожке сначала на расстоянии 3—4, а потом 5—6 м от старта положить цветной кубик, который ребенок должен сдвинуть с места ногой.

Ледяные кружева

Заранее готовятся разноцветные льдинки (синие, красные, зеленые, желтые и др.). Из них дети выкладывают на утоптанном снегу разноцветные мозаики, узоры. По окончании работ можно провести конкурс на лучшую мозаику или самый красивый узор

Снегодром

Дети должны слепить Снеговика, Деда Мороза и Снегурочку, украсить их. После этого все вместе водят хороводы, кружатся по одному и парами, играют в «Пузырь», «Каравай», «Ровным кругом» и другие игры.

На площадке дети строят из снега (дома, почту, вокзал и т.п.). Затем изображают трамвай (встают друг за другом, кладут руки на пояс впереди стоящему) и катаются «по улицам» построенного города.

Можно организовать конкурс на лучшую фигуру (самолет, ракету, большой ледокол, птицу, цветок и т.п.) или сказочного персонажа из снега.

