

## **ЗИМНИЕ ПОДВИЖНЫЕ ИГРЫ**

### **«НА ПОМЕЛЕ»**

Метла в каждой команде — «эстафетная палочка». Дети передают её друг другу. Игрок должен пробежать верхом на помеле, не сбив кегли (кубики, мячи и др.). Если сбивает — ему нужно вернуться и поставить на место предмет, после этого продолжать задание.

### **«ВОРОТЦА»**

Команды выстраиваются в колонну, лицом к финишу. На дистанции 20 — 30 м установлены «воротца» (лыжные палки, связанные вверху). По сигналу первый участник должен пробежать в «воротца», добежать до конечной остановки и вернуться обратно в команду.

### **«САННЫЙ ГОРОДОК»**

1. В команде участники делятся на две группы и строятся друг напротив друга (мальчики — девочки). Санки у мальчиков — поставить правое колено на санки и, отталкиваясь левой ногой, доехать до девочек, передать им санки. Задание повторяется. Прибывший игрок уходит в конец колонны.

2. Команды строятся колоннами лицом к финишу на расстоянии 15–20 м от него. В центре проводится линия. Напротив каждой команды находится по 2 кубика. Первый участник садится на санки, а второй участник везёт его. Доехав до кубиков, участник на санках берёт их в обе руки, едут до конечной остановки, где участники меняются. Когда участники возвращаются, кладут кубики обратно и т. д.

### **ЭСТАФЕТА НА САНКАХ**

Команды строятся лицом к финишу на расстоянии 15–20 м от него. Участник каждой команды имеет свой цветной флажок. Один участник садится в санки на колени, держа флажок в руке, а второй участник везёт его до конечной остановки, где они меняются местами.

### **«ЧЕРЕПАШКИ»**

Участники игры строятся попарно. По команде участники садятся на санки спиной друг к другу. Передвигаясь ногами, надо докатиться до конечной остановки (18–20 м), а обратно вернуться к команде бегом, катя санки.

### **«ДВА МОРОЗА»**

Игра проходит на двух площадках. На противоположных сторонах площадки отмечены «детский сад» и «дом». Выбираются два Мороза — водящие, а остальные ребята располагаются за линией дома в одну шеренгу. Посередине площадки — на улице — стоят два Мороза. Морозы обращаются к детям:

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

Дети (хором): Не боимся мы угроз,  
И не страшен нам мороз!!!

После этих слов ребята бегут из дома в детский сад. Морозы осаливают — замораживают ребят.

### «ОБМЕНЯЙСЯ ФЛАЖКАМИ»

Для игры нужны флажки 2 цветов (палочки, кубики) по количеству участников и площадка квадратной формы. Каждый игрок одной команды получает 2 флажка разного цвета. Разделившись на 2 группы, игроки этой команды располагаются у противоположных сторон площадки. Игроки другой команды, также разделившись на 2 группы, занимают другие стороны квадрата. По сигналу обе команды устремляются вперёд. Задача первой команды — обменяться флажками с таким расчётом, чтобы у каждого игрока оказалось два флажка одного цвета. Задача второй команды, которая без флажков, — помешать этому.

Если игроку второй команды удалось «осалить» игрока первой команды, последний выходит из игры.

Первая команда считается победительницей в том случае, если больше половины игроков успели обменяться флажками. В противном случае побеждает вторая команда.

При повторении игры участники меняются местами.

### СИНИЕ И ЖЕЛТЫЕ ПАЛОЧКИ

На снежном холмике лежат синие и желтые палочки по числу игроков. По команде «Марш!» все выбегают из-за общей черты. Каждый старается взять палочку цвета своей команды и вернуться обратно. Побеждает команда, игроки которой прибегут с палочками за черту дальше.

### ЭСТАФЕТА С САНКАМИ

Команды строятся колоннами лицом к финишу, находящемуся на расстоянии 40 — 50 см. По сигналу 3 игрока от каждой команды: один в санках, другой — в упряжке, третий — подталкивает сани сзади, бегут до финиша и обратно. Затем тот, кто вёз сани, становится в конец колонны. Его сменяет тот, кто подталкивал сани, кто сидел в санях — подталкивает сани сзади. В сани садится следующий игрок из команды. Вариант: можно занять сани двум игрокам: один везёт, другой в санях. На повороте участники меняются местами.

### «САНИ-ТАЧКИ»

Один игрок лежит на санках на животе, свесив ноги. Другой, взявшись за его ноги, толкает санки вперёд. На повороте участники меняются местами. 🚗