Подвижные игры на свежем воздухе

(к Новому году и Масленице)

Со снежками

Два Мороза

Дети разбиваются на 2 команды и выбирают 2 ведущих - Мороз Красный нос и Мороз Синий нос. Они становятся на середину площадки (15-20 шагов), а команды — по разным сторонам. По сигналу участники бегут навстречу друг Другу, чтобы поменяться местами. Деды Морозы стараются попасть снежками в ребят - «заморозить». Один подстерегает тех, кто бежит справа налево, другой -тех, кто бежит слева направо. Когда не останется, кому бежать, Деды Морозы выбираются другие.

По мишеням

На заборе на глухой стене нарисуйте 2 мишени - круги диаметром около 0,5 м. Команды-соперники с условленного расстояния начинают бросать снежки в мишени. Кто первый сплошь залепит снегом свой круг, тот и выиграл.

Дуэль

Два соперника встают друг против друга на расстоянии около 10 м. Каждый очерчивает вокруг себя круг диаметром в 1 м. Выбранный секундант бросает жребий - кому начинать. По его же команде начинающий игру наклоняется, лепит снежок и бросает его в соперника, затем стреляет второй. Если оба промахнулись или же оба попали друг в друга, то продолжают бросать снежки по очереди. Но если один попал, а другой промахнулся, то тот, кто промахнулся, уступает свое место следующему. Увертываться можно любым способом, но только не выходя из круга.

Кто свалит великана

Слепите из снега великана или снежную бабу и пропустите сквозь нее канат. Две команды берутся за концы каната и тянут, пока не свалят великана и сами не свалятся.

На лыжах Слалом

Расставьте на дистанции флажки или лыжные палки. Огибая их то слева, то справа, надо пройти дистанцию туда и обратно.

На одной лыже

Пройти дистанцию 20 м на одной лыже. Ногой, свободной от лыжи, наступать на снег нельзя!

Парный спуск .. .'.

Игру проводят на некрутых склонах. На одной паре лыж скользят двое: один на лыжах стоит, другой опустился на колени или присел на корточки впереди или сзади стоящего. Если устроить соревнования таких пар, то победившей надо считать ту, которая скатится с горы быстрее, но при условии, что «пассажир» не соскочил с лыж.

На санках На горке

Если ты научился управлять санками, тебе вполне под силу выполнить задание такого рода:

* съезжая с горы, подхватить на ходу флажки (2-3), поставленные на склоне;
* проехать в воротца, образованные лыжными палками, ветками деревьев, воткнутыми в снег;
* на ходу метнуть снежок (припасенный заранее) в мишень;
* набросить кольцо на лыжную палку.

Кто кого перетянет Начерти на снегу круг диаметром 1м. Свяжи пару санок крепкой веревкой (3-4 м). Поставь санки так, чтобы они находились на одинаковом расстоянии от круга и чтобы веревка проходила через центр круга. На санки садятся два соперника спиной друг к другу. Руками надо держаться за санки, а ногами упираться в снег. Кто завезет соперника в круг, тот победил.

Карельские гонки

Сидя на санках, отталкиваетесь палками, но не ногами.

Тяни-толкай

Готовятся пары: один сидит на санках, другой его везет. Доехали до условленного места, где надо поворачивать назад и поменяться ролями. Кто сидит, будет «лошадкой», а тот, кто вез, станет «ездоком».

Тянем-потянем

Привязать к столбу (или к дереву) с разных сторон санки на длинные (около 20 м) веревки. Выигрывает тот, кто быстрее доедет до столба, подтягивая к себе веревку.

Догоняя, убегай

На снегу круг диаметром 3-5 м. На противоположных концах круга становятся 2 участника с санками на веревках. По сигналу они начинают, бежать друг за другом. И кто догоняет, тот должен сесть на чужие санки - пусть покатает немножко.