# Беседа по теме: «Весёлые зимние игры»

Здравствуйте, дорогие ребята! Сегодняшнюю нашу бесе­ду давайте посвятим зимним играм и забавам. Ведь морозная русская зима — замечательное время для укрепления здоро­вья! Прохладный ветер, легкий мороз, движение на возду­хе — хорошая закалка.

Зимушка-зима

Приехала на тройке

Коней быстрых, бойких

Зимушка-краса —

Ледяная коса.

В белой шубке до пят

Стала тешить ребят!

Махнула рукавом правым — Инеем покрылись травы,

Махнула рукавом левым —

Чисто поле побелело.

Ударила молоточком —

Сковала реку мосточком

Взяла лыжи, сани,

Ребятишек манит:

«Выходите на простор,

Да с крутых катайтесь гор!»

После снегопада воздух особенно чистый, и можно от­правляться кататься с горы на санках.

Сани

Мчатся мои сани

Быстро с горки сами.

Ветер дует мне в лицо

И свивает снег в кольцо!

Катаясь на санях, легко развить ловкость, сноровку, быстроту и координацию движений.

Можно поиграть в такие игры: съезжая с горы, сорвать с ветки куста ленту, достать флажок, воткнутый в сугроб, попасть снежком в обруч. И все это на ходу!

Многие дети катаются зимой на снегокатах.

Снегокат похож на сани, но тяжелее и управляется рулем.

Я лечу на снегокате

Я люблю на снегокате

Мчаться вниз с высоких гор.

Дух от радости захватит,

Я лечу во весь опор!

Вот трамплин меня подкинул,

Я ни капли не боюсь!

Снежный вихрь ударит в спину,

Птицей в воздухе взовьюсь!

Давайте вместе назовем ваши любимые зимние игры и забавы.

Верно! Катание на лыжах, коньках, игры в снежки, хоккей.

Поговорим о катании на лыжах. Есть ли у вас лыжи?

Что вы предпочитаете: кататься с горок или бежать на лыжах по ровной местности? Почему?

Я думаю, что вы все уже умеете бежать на лыжах, т.е. делать длинные скользящие шаги. Бег на лыжах развивает мышцы. Если вы будете регулярно совершать Лыжные прогулки, у вас быстрее подрастут и окрепнут руки, станут длиннее и сильнее ноги.

Отталкивайтесь посильней то правой, то левой ногой, сгибая ноги в коленях. Палки помогут вам скользить и вы­работать ритмичность движений.

В какие игры можно поиграть, двигаясь на лыжах?

Например, в ручеек. Чтобы поиграть в эту игру, нужно сделать ворота из наклоненных палок и проехать в эти во­рота, не задев палки. Это не так-то легко! Особенно для начинающего лыжника!

Многие ребята любят съезжать на лыжах с горок. Съезжая с горы, нужно научиться тормозить, делать повороты. Ехать с горы лучше наклонившись вперед, а палки держать сзади.

Если вы почувствовали, что не можете удержаться на ногах, то постарайтесь падать на бок.

А как подниматься на гору? Можно елочкой или полу­елочкой, а можно и боком — лесенкой.

На лыжах

Солнце ходит выше

С каждым днем.

Мы наденем лыжи —

В лес пойдем.

Словно терем белый

Замер бор,

Мы на лыжах смело

Мчимся с гор.

Весело искрится

Чистый снег.

Разрумянит лица

Быстрый бег.

Давайте подумаем вместе, как правильно одеться для катания на лыжах. Одеваться нужно легко, но в то же время тепло. Одежда лыжника состоит из хлопчатобумажной май­ки или футболки, шерстяного свитера, утепленной куртки, спортивной шапочки, шарфа, шерстяных рукавичек.

После того как вы на славу покатались на лыжах, нужно стряхнуть с них снег, обтереть мягкой тряпкой и поставить в прохладное, сухое место.

Хорошо солнечным январским днем покататься на конь­ках!

Умеете ли вы кататься на коньках? Есть ли у вас коньки?

Если вам недавно купили коньки, то прежде всего нуж­но научиться надевать и шнуровать ботинки. Потом стоять на коньках на полу и делать несложные упражнения.

Но вот вы выходите на лед! Научитесь разбегаться, сколь­зить на параллельно расставленных коньках. Пройдут два- три дня, и вы освоите бег на коньках по прямой дорожке, станете делать повороты, а потом побежите по кругу. Глав­ное, помните: катаясь на коньках, всегда наклоняйте туло­вище вперед!

На катке

Вечер. Музыка играет.

На катке полно ребят.

Ель нарядная сияет,

Огоньки кругом горят!

Режем острыми коньками

Серебристый гладкий лед,

И сверкает огоньками

Белых хлопьев хоровод.

Я уверена, что многим из вас по душе веселая, подвиж­ная игра — хоккей.

Что нужно для игры в хоккей?

Правильно. Коньки, клюшки, шайба, ворота и конечно же лед.

Игроки разбиваются на две команды, и каждая старается забить шайбу в ворота противника. В воротах стоит вратарь. Его задача — не пропустить шайбу.

Пойдем играть в хоккей?

Головку от подушки

Поднимай скорей,

Бери коньки и клюшку —

Пойдем играть в хоккей!

Мороз румянит лица,

Уже залит каток.

На солнце серебрится

Искрящийся ледок.

Атаки отражая,

По шайбе будем бить,

А шайба, как живая,

Крутиться и скользить.

В воротах встанет

Саня — Испытанный вратарь.

В хоккей сыграет с нами

Сам дедушка Январь!

Зимой случаются оттепели. Тогда снег становится лип­ким, влажным. Очень весело поиграть в такую погоду в снежки! Можно построить снежную крепость или снежный дворец.

Игра «Снежная крепость»

Дети все вместе строят снежный вал (шириной пример­но 50 см), на некотором расстоянии от вала лепят большо­го снеговика, на голову ему надевают старую шляпу, за снеговиком строят крепость с башнями и воротами. На шпиль самой высокой башни нужно водрузить флажок!

Ребятишки бегут по валу друг за другом, передавая флажок как эстафету. С флажком нужно пролезть через обруч, сбить снежком шляпу со снеговика, пробежать по снежно­му тоннелю и водрузить флажок на шпиль снежной башни. Какая команда справится с заданием быстрее, та и выиграет.

Ответь на вопросы

Чем полезны зимние игры и забавы?

Какие зимние забавы ты знаешь?

На чем можно кататься зимой?

Есть ли у тебя санки, коньки, лыжи, снегокат?

Отгадай загадки (На чем катаются дети?)

Палками я оттолкнусь

И с крутой горы помчусь. (На лыжах.)

Быстро я лечу вперед,

Серебристый режу лед. (На коньках.)

Управляю я рулем,

Еду я с горы на нем. (На снегокате.)

На них качусь я быстро,

Уверенно и скоро,

И чертят серебристые

На льду они узоры. (На коньках.)

## Подвижная игра: «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.