**Игра** – естественный спутник жизни ребенка, источник радостных эмоций, обладающий великой силой. Народные подвижные игры являются традиционным средством педагогики. В играх отражаются образ жизни людей, национальные устои, представление о мужестве, желание обладать силой, ловкостью, выносливостью, быстротой, проявлялись выдержка, смекалка, воля и стремление к победе.

Игры являются неотъемлемой частью интернационального, художественного и физического воспитания подрастающего поколения. Игры можно проводить не только летом, но и зимой, используя при этом коньки, санки, лыжи, коротышки, каталки и даже корыта.

1. **Кто быстрей (разминочная)**

Обе команды на коньках (каталках, лыжах) построены в колонну по одному. По команде «Марш!» направляющие бегут вперед по прямой до поворотного флажка (50 м), обегают его и возвращаются к командам. Передают эстафету касанием следующего игрока.

Победитель получает очко.

1. **Дружные бегуны**

Команды на коньках (коротышках) разбиты на пары. Второй стоит сзади первого, положив руки ему на плечи. По команде «Марш!» первая пара в ногу бежит по прямой до поворотного флажка (50 м), обходит флажок и возвращается обратно. Передает эстафету касанием следующей паре и т.д.

Очко получает самая дружная команда, первой закончившая эстафету.

1. **Поезд**

Команды стоят в колонну по одному, положив руки на плечи впереди стоящему. По команде «Марш!» вся команда – «Поезд» - трогается в путь змейкой вокруг поставленных по прямой 6 флажков до поворотного флажка (50 м), объезжает его и так же возвращается на линию старта. Можно так же провести эту эстафету используя коньки, коротышки, лыжи.

Если в пути «поезд» расцепился, надо восстановить порядок и двигаться дальше.

Победное очко у «поезда», прибывшего по расписанию.

1. **Тачка**

Команды построены в колонну по одному. У первого в руках санки. По команде «Марш!» первый ложится на санки животом, руками держится за раму, ноги сгибает в коленях. Второй игрок берет первого за коньки, как за ручки у тачки, и катит его вперед, объезжая «Змейкой» расставленные по прямой флажки (6 шт.) до поворотного флажка (50 м) и тем же путем возвращается к команде. Первый встает с санок и уходит в «затылок» своей команды. Второй ложится на санки, а третий катит и т.д.

Очко получает команда, первой заканчивающая эстафету.

1. **Гонки на санках**

Игра проходит на утрамбованной снежной площадке. Команды построены в две колонны по одному. По команде «Марш!» капитаны, отталкиваясь палками, катятся вперед к поворотному сказочному герою (снеговику, 25 м), объезжают его и возвращаются к своим командам, передают амуницию следующему игроку и т.д. При проведении этой эстафеты можно использовать санки, лыжи, коротышки и корыта.

Побеждают самые быстрые и ловкие гонщики.

1. **Кто дальше?**

Команды на лыжах построены в две колонны по одному на горке, либо на коротышках. Уклон пологий, соревнование идет по одной лыжне. Палками можно пользоваться только на уклоне.

Задача: спускаться с горки, укатиться по лыжне как можно дальше. Как только лыжи останавливаются, помощник судьи у носка лыжи ставит флажок. Красный у одной команды и голубой – у другой. Спуск выполняется попеременно. Если следующий лыжник уехал дальше флажка, флажок переставляется.

1. **Спуск в парах**

Команды разбиваются на пары – один на лыжах, второй – без. По команде «Марш!» стартуют первые пары. Второй становится за спиной первого на его лыжи, так и скатываются. Затем лыжник бежит на лыжах, а второй – без лыж, обегают поворотный флажок и возвращаются на горку. Эстафета передается касанием. В путь отправляется следующая пара и т.д.

Побеждает команда, которая первой закончит эстафету.

1. **Кто первый**

Команды на лыжах построены в одну шеренгу с интервалом 2 м лицом друг к другу на расстоянии 200 м. Посередине (100 м) – третья линия. На ней через 2 м поставлены флажки по числу членов одной команды. По команде «Марш!» обе команды устремляются к флажкам, с целью взять флажок (только один) .

Побеждает команда, у которой флажков окажется больше. При равенстве флажков преимущество отдается младшей команде, или назначается переигровка, или каждой команде дается по очку.

1. **Биатлон**

Игра проводится на снежной площадке. Команды на лыжах в колонну по одному. Палки только у капитана. На лыжне поставлены ворота из двух лыжных палок (5 шт.) через каждые 25 м. Еще через 30 м красными флажками обозначен огневой рубеж. В 6 м от огневого рубежа установлены мишени 60х60 см с сеткой – ловушкой. На огневом рубеже лежат готовые снежки, а лучше тряпичные мячи (мешочки) весом 100 – 150 грамм.

По команде «Марш!» первые бегут по лыжне, проезжают под воротами, у огневых рубежей выполняют по три броска в мишень, дают палки очередному игроку; если один промах – игрок бежит штрафной круг 15 м, два промаха – два круга, три – три.

Побеждает команда, которая первой закончит эстафету.

1. **Комбинированная эстафета.**

Участвуют две команды. Эстафета поделена на этапы.

**Первый этап.** С горки стартуют два лыжника. Один на лыжах с палками, второй стоит на его лыжах за спиной и держится за пояс. На равнине в 5 м от уклона стоят ворота из двух лыжных палок. Задача участников первого этапа: скатиться с горки, проехать под воротами и пробежать до второго этапа. Все расстояние 60-70 м.

**Второй этап.** Трое участников. Один везет санки, второй сидит на них, третий подталкивает сзади. «Тройка» проезжает 100 м до огневого рубежа, отмеченного флажками. Здесь в 5 м в стороне стоит мишень «Пингвин». Каждый выполняет по одному броску в мишень мешочками с песком (150 г). Если все три броска достигли цели, то «тройка» передает эстафету третьему этапу: если один промах – один штрафной круг (150 м), два промаха – два круга, три – три.

**Третий этап.** Фигуристки. 3 девочки на коньках, взявшись крест-накрест за руки, проходят дистанцию до четвертого этапа (50 м) «змейкой» вокруг поставленных на лед булав (5 шт.) по прямой и передают эстафету хоккеисту.

**Четвертый этап.** Хоккеист ведет шайбу «змейкой» вокруг поставленных флажков (6 шт.) до ворот (20 м). Задача: поразить ворота, затем передать эстафету лыжнику.

**Пятый этап.** Лыжник при полной экипировке должен добежать до финиша (300 м).

Победа присуждается команде, которая первой закончит эстафету.

В этой эстафете эффективнее прокладывать две трассы параллельно. Но можно воспользоваться и одной, только тогда время придется брать по секундомеру.

У проводящего эту эстафету обязательно на каждом этапе должно быть помощники – судьи. Это ребята из старших классов, не занятые в соревнованиях. Соревнования закончены. Подведены итоги.