**Подвижные игры и упражнения для детей на прогулке зимойДля детей 5-6 лет**

1. **Снежная карусель**. Дети свободно бегают по площадке. На слово *«карусель»* быстро перестраиваются в круг там, где воспитатель положил снежный ком, и переходят на ходьбу по кругу, взявшись за руки. Всякий раз место карусели меняется.

2. **Передай шайбу**. Две команды стоят друг против друга на расстоянии 10 м. По свистку игроки первой команды гонят шайбы игрокам второй команды, стараясь передавать их точно своим партнерам, а партнеры стараются задержать шайбу ногой, чтобы она не пролетела мимо. В каждой команде выигрывает тот игрок, который первый передаст шайбу с клюшкой и вернется на свое место за обозначенную линию. Далее по свистку другая команда гонит шайбы клюшками.

3**. Снежный поезд**. Бег змейкой друг за другом. Правила: начинать бег после слов *«Внимание! Снежный поезд отправляется в путь!»* останавливаться строго на слово *«стоп!»*

4. **Сюрприз**. на расстоянии начиная с 7 метров, затем, уменьшая его на каждый метр, на снег кладут *«сюрпризы»* (любые игрушки, вылепленные из пластилина и глины, снежки, по числу детей, завернутые в цветную бумагу. По свистку дети организованно, подгруппами сбивают сюрпризы. С учетом физической подготовленности для каждой подгруппы отмеряется необходимое расстояние до *«сюрпризов»*.

5. **Забавные санки**. Бег с санками с подталкиванием их двумя руками сзади; прыжки с санок; перепрыгивание через санки боком с упором на них двумя руками; *«силачи»* - поднять санки двумя руками над головой; бег с санками, держа их двумя руками перед грудью. 6. Прятки за сугробами. Дети бегут врассыпную, на слово *«прятки»* все прячутся за снежные сугробы.

7. **Не сбей**. Дети делятся на 4 – 5 команд, выстраиваясь в каждой, друг за другом. Перед каждой командой по 5 – 6 кеглей (флажков, расставленных по прямой линии с промежутками 1 м. первые игроки из каждой команды начинают движение по свистку, последующие – после передачи клюшки и шайбы. Двигаясь змейкой, обводят клюшкой каждую кеглю и возвращаются по прямой. Выигрывает та команда, которая не только первая закончит прокатывание, но и собьет меньше кеглей.

8. **Снайперы**. Метание снежков с одной линии в мишени, расположенные на разных расстоянии и высоте. Начинать сбивать по сигналу. 9. По ледяной дорожке. Индивидуальное скольжение прямо, боком, с приседанием.

10. **Зимние забавы**. Катание с гор на санках и фанерках.

11. **Защита крепости**. Двое ворот расположены на расстоянии 5 – 10 м друг от друга. Дети делятся на две подгруппы. Одна подгруппа встает в шеренгу у ворот, у другой подгруппы клюшки и шайбы по количеству игроков. По свистку игроки с клюшками начинают прокатывать шайбы вперед, стараясь забить их в ворота *(нападающим запрещается поднимать клюшки вверх)*. Игроки без клюшек защищают свои ворота, задерживая шайбы только ногами.

12. **Пожарные собаки**. Дети спокойно передвигаются по площадке, на слово *«пожар!»* бегут по глубокому снегу, перелезают через снежные завалы, барьеры, снаряды и добегают до кучи снежков. От линии метают их в красную мишень любой формы.

13. **Самая быстрая пара хоккеистов**. Ведение шайбы парой на расстоянии 7 – 10 м до обозначенного места *(на скорость)*.

14. **Тройка лошадей**. Двое-трое санок соединяют друг за другом. Три ребенка с надетыми *«лошадиными гривами»* и *«хвостами»* везут соединенные санки с седоком 10 – 15 м, затем меняются местами с сидящими. Движение начинают по сигналу.

15. **Сбей снежком летящий предмет**. Дети, разделившись на подгруппы, сбивают снежками летящую тарелку. Начинают сбивать по сигналу *«пли!»*

16. **Попади с подачи**. Дети делятся на подгруппы по 4 – 5 игроков, у каждого клюшка и одно шайба на подгруппу. Один из игроков стоит на воротах *(у каждой подгруппы свои ворота)*. По свистку игроки каждой подгруппы передают друг другу шайбу ближе к воротам и забивают гол. Затем вратари меняются.