**Зимние игры и спортивные упражнения на прогулке**

**Для детей 3-4 лет**

1. **Следы на снегу *(подвижная игра)***. Четкое выполнение различных видов движений *(ходьба, бег, прыжки)* разной шириной шага, с различным темпом и положением стоп.

2. **Строим берлогу для медведя** *(м / п)*. Метание снежков в цель – круг диаметром 2 м с расстояния 30 – 50 см и больше.

3. **Солнце и зима** *(п/и)*. Дети разбегаются по площадке и, приседая на корточки, говорят: *«солнышко, солнышко, выгляни в окошко!»* воспитатель отвечает: *«зима пришла, много холода принесла, разбегается детвора»*. Дети разбегаются, а педагог ловит их.

4. **Покатаемся**. Удерживать равновесие, стоя на возвышенности *(используются бумы, шины, песочницы и др.)*

5. **Разноцветные снежинки** *(льдинки)*. Прокатывание шаров, льдинок хоккейной клюшкой в разных направлениях.

6. **Карусель**. Катание на санках. Дети сначала возят сами санки, затем друг друга на санках с помощью взрослого.

7. **Рисуем дорожку**. Ходьба по снегу змейкой друг за другом.

8. **Наши ножки идут по ледяной дорожке**. Удерживание равновесия на ледяной дорожке.

9. **Забей снежок в ворота зайке**. В ворота из снега с поставленным в них игрушечным зайчиком отбивать снежок хоккейной клюшкой.

10. **Где же наши детки?** Перелезть прямо или боком через снежные валы разной высоты *(30- 50 см)*.

11. **Кто быстрее?** Катание санок на скорость в одном направлении без седока и с седоком, т. е. дети катают друг друга.

12. **Зайки - попрыгайки**. Прыжки по снегу от флажка до флажка *(используются 4-6 флажков)*.

13. **Самая быстрая льдинка**. Прокатывание льдинок *(шаров)* хоккейной клюшкой в одном направлении на скорость.

14. **Зверята и ребята**. На слово *«ребята!»*дети бегают в рассыпную, на слово *«зверята»* встают на снежный вал, изображая зверя.

15. **Змейка**. Ходьба и бег змейкой между спортивными снарядами и постройками.

16. **Кто дальше?** Метание на дальность снежков *(шаров)* правой, левой рукой и двумя руками.

17. **Построим дом Снегурочке**. Метание снежков в цель *(круг диаметром 2 м)* правой, левой рукой и двумя руками из-за головы с расстояния 30-50-100 см и далее *(в игре можно использовать куклу Снегурочку)*.

18**. К Деду Морозу по ледяной дорожке**. Ходьба скольжение по ледяной дорожке сохраняя равновесие к установленной в конце кукле Деду Морозу.

19. **Санный поезд**. Санки устанавливают колонной. Дети садятся, а взрослые катают их. Бег по снегу чередуется с катанием на санках.