***Деякі ігри, які можна проводити з дошкільниками під час занять та прогулянок на лижах***

*«Ширше крок».* На лижні двома палицями або гілками позначають відстань 25-30 м. Вихователь пропонує дітям подолати цю відстань без палиць, намагаючись зробити найменшу кількість кроків, довше ковзаючи на лижні. Гру можна провести як змагання між кількома дітьми. Перемагає той, хто зробить найменшу кількість кроків на цій дистанції.

*«Пройди і не зачепи».* На лижні встромляють 6-8 гілочок (прапорців) або лижних палиць на відстані 2-2,5 м одна від одної. Дитина на лижах обминає «змійкою» їх, виконуючи повороти то з правого, то з лівого боку. Перемагає той, хто пройде швидше за всіх дистанцію (15-20 м) і не зачепить жодної палиці.

*«Пройди у ворітця».* На лижні встановлюють 4-5 воріт з лижних палиць на відстані 3-4 м одна від одної. Просуваючись по лижні, дитина підходить до воріт, згинає ноги в колінах, намагаючись не зачепити їх, а потім випростовується. Цю гру можна також проводити під час катання з гірки. Лижник спускається зі схилу, проїжджаючи 3-5 воріт. Можна провести змагання між окремими дітьми або командами. Перемагає той, хто вдало пройде через усі ворота й не зачепить їх.

*«Хто швидше».* Кілька лижників (5—6) стають на 2-3 кроки один від одного вздовж накресленої на снігу лінії. За сигналом вихователя (голосом або змахом прапорця) вони одночасно починають пересуватися з максимальною швидкістю в напрямку прапорця, встановленого на відстані 25-30 м. Перемагає той, хто першим долає дистанцію.

*«Естафета з перенесенням лижних палиць».* Дітей поділяють на 2-3 однакові команди. Команди шикуються на стартовій лінії в колони по одному. За сигналом вихователя діти, які стоять у колонах першими, біжать до прапорця (на відстань 12-15 м), встромлюють палиці в сніг, повертаються назад і торкаються рукою наступних гравців. Це сигнал для початку бігу. Гравці біжать на лижах до прапорця, забирають лижні палиці і передають їх партнерам по команді, які стоять першими. Кожна дитина, яка закінчила біг, стає останньою в свою колону. Перемагає команда, яка першою закінчить естафету.

*«Швидко в гору».* Дітей розподіляють на 2-3 команди, які шикуються в колони по одному за лінією старту у підніжжя гірки. За сигналом вихователя всі діти на лижах намагаються якомога швидше піднятися на гірку. Виграє команда, яка раніше підніметься в повному складі на гірку. Спосіб підйому на гірку може бути довільним або його визначає вихователь (ступаючим кроком, «ялинкою», «драбинкою»).

*«Хто далі».* Кілька лижників (3-4) стають на вершині гірки й по черзі спускаються з неї без палиць зі стартової лінії. Перемагає той, хто проїде найбільшу відстань без додаткових рухів ногами.

*«Підніми».* Під час спускання з гірки дитина повинна підняти прапорець (шишку, гілочку). Піднімаючи предмет, треба присісти, зігнувши ноги, а потім випростатися. Повторюючи гру, пред­мет кладуть то зліва, то справа від лижні, щоб діти піднімали його відповідною рукою.

*«Влучи в ціль».* Під час спускання з гірки дитина повинна влучити сніжкою в будь-яку ціль (сніговик, кущ, дерево). Якщо змагається кілька лижників, виграє той, у кого під час 3-4 спусків буде більше влучань.

*«Не зачепи».* Посередині схилу покласти гілочку або шишку. Під час спускання з гірки потрібно спочатку трохи розвести лижі в різні боки перед самим предметом, щоб не зачепити його, а потім знову звести їх.