




ИГРЫ-ЭСТАФЕТЫ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИКУЛЬТУРЫ В ДЕТСКОМ САДУ



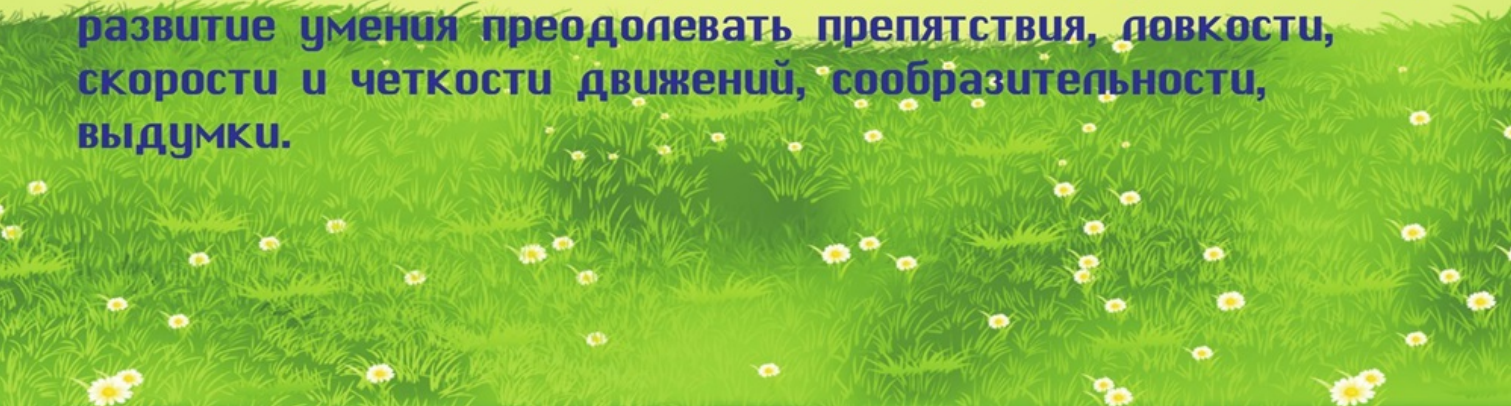
8(800)100-70-81



Эстафетных игр очень много. При организации игровых эстафет важно соблюдать следующие правила:

- 1) количество игроков в командах должно быть равным (в том числе мальчиков и девочек);**
- 2) впереди в колоннах должны стоять дети меньшего роста, сзади - большего;**
- 3) забеги в командах выполняются строго по очереди, которую никто не пропускает;**
- 4) раньше времени выбегать за линию старта (принимать эстафету) не разрешается;**
- 5) заканчивает эстафету в команде всегда тот игрок, который ее начинал;**
- 6) независимо от окончания игры одной командой она продолжается до тех пор, пока задания не выполнят все игроки команды;**
- 7) результат подводится по количеству заработанных очков;**
- 8) за каждую ошибку в ходе игры начисляется штрафное очко;**
- 9) побеждает команда, набравшая больше очков (не обязательно закончившая эстафету первой).**

Предлагаем вашему вниманию игры для детей старшего дошкольного возраста. Целью всех игр-эстафет является развитие умения преодолевать препятствия, ловкости, скорости и четкости движений, сообразительности, выдумки.



Кто быстрее до флажка

Оборудование: кубики, кегли.

Возраст: 5-6 лет.

Ход игры: играющие выстраиваются в две колонны. Напротив каждой на расстоянии 5 м ставят по одному предмету (кубик, кеглю). По сигналу воспитателя игроки, стоящие в колонне первыми, прыгают на двух ногах до предмета, огибают его и бегом возвращаются к своей колонне, касаются руки следующего ребенка и встают в конец своей колонны.

Школа мяча

Оборудование: мячи.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры: дети делятся на три-четыре колонны. В руках у первых игроков, стоящих в колонне, по мячу. По сигналу воспитателя первый игрок ударяет мячом в обруч, ловит его двумя руками и передает следующему, а сам бежит в конец своей колонны. Побеждает та колонна, которая быстрее выполнит задание.



8(800)100-70-81

Со скакалкой парами

Оборудование: скакалки, кубы.

Возраст: 6-7 лет.

Ход игры: игроки двух команд распределяются по парам и встают в колонны перед линией старта. В 10-12 м перед командами кладут кубы или набивные мячи, обозначая поворот. Игроки в парах плотно встают друг к другу. У одного из них в руках короткая скакалка. По сигналу оба игрока устремляются вперед, перепрыгивая через скакалку. Добежав до поворотного пункта (стойки, куба), они возвращаются обратно, однако скакалку вращает другой участник игры. После пересечения стартовой линии первой парой упражнение выполняет новая пара. Игра заканчивается после финиша последней пары.

Эстафета кузнечиков

Возраст: 5-6 лет.

Ход игры: две-три команды строятся в колонны перед стартовой линией. По сигналу первые номера прыжками преодолевают установленную дистанцию в 10-15 м туда и обратно, обязательно заступая за черту на противоположной стороне площадки. Как только первый участник, приземлившись за стартовой чертой, коснется рукой следующего участника, тот начинает прыжки и т. д. Выигрывает команда, первой закончившая эстафету. В эстафете могут выполняться следующие задания: прыжки на двух ногах, прыжки на правой ноге, прыжки на левой ноге, туда - на правой ноге, оттуда - на левой или наоборот.

Вариант эстафеты. Каждый участник старается преодолеть дистанцию за меньшее число прыжков.

Охотники и утки

Оборудование: мячи.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры: играющие делятся на две команды - охотников и уток. Утки становятся в середину круга, а охотники располагаются за кругом. Охотники перебрасывают мяч и стараются осалить им уток. Когда треть уток поймана, игра останавливается и дети меняются ролями.

Эстафета со скакалкой

Оборудование: скакалки.

Возраст: 5-6 лет.

Ход игры: команды построены в колонну по одному, в руках у направляющих короткие скакалки. По сигналу первые номера начинают передвижение, прыгая обусловленным способом через скакалку и, обогнув стойку, находящуюся на расстоянии 8-10 м, возвращаются назад, передавая скакалку вторым номерам, и т. д. Во время передвижения с учетом расстояния надо сделать не менее 10-12 оборотов скакалкой. Способы прыжков могут быть следующие: на два шага одно вращение скакалки; на каждый беговой шаг одно вращение скакалки; прыжки на двух ногах с промежуточными прыжками; прыжки на двух ногах без промежуточных прыжков.



8(800)100-70-81

Быстро за мячом

Оборудование: шнур, мячи.

Возраст: 6-7 лет.

Ход игры: игроки строятся в шеренгу перед натянутой сеткой (шнуром) на расстоянии 0,5 м. Бросив через нее мяч, они быстро проходят под сеткой и ловят его после отскока от земли. Затем задание выполняет вторая шеренга игроков. Побеждает та команда, которая выполнила задание с меньшим количеством штрафных очков (за непопавший мяч).

Проведи мяч

Оборудование: мячи, кубики.

Возраст: 5-7 лет.

Ход игры: играющие становятся в две колонны, у каждого в руках по одному мячу.

Вдоль площадки параллельно друг другу ставятся кубики (5-6 штук) на расстоянии 1,5 м.

По сигналу воспитателя первые игроки начинают ведение мяча между предметами. Как только они пройдут два-три предмета, в игру включаются следующие ребята и т. д. Каждый выполнивший задание встает в конец своей колонны.

