

ОГКОУ « Центр ППМС « Доверие»

Игра на территории *
«Один за всех, все за одного!»

Девиз эстафеты: «Чемпионами станут лучшие – здоровыми будут все!»

Цели: Пропаганда спорта, как альтернатива негативным привычкам;

Создать праздничное настроение; Пропаганда здорового, активного образа жизни; Выявление талантливых детей.

Задачи: Образовательная – научить детей проявлять свои индивидуальные возможности, привить им стремление к физическому самосовершенствованию;

Воспитательная – Воспитывать чувства коллективизма, товарищества, взаимовыручки, «здоровый дух соперничества». Привлекать ребят к систематическим занятиям физической культурой и спортом;

Оздоровительная – Укрепить здоровье детей. Развить у ребят наблюдательность, сообразительность, находчивость, ловкость, быстроту. Формы организации деятельности детей: Взаимодействие со сверстниками (в том числе и взрослыми) в процессе разрешения коммуникативных задач.

Инвентарь: скакалка 2шт., кегли, 2 больших мяча, 2 покрывала, 4 обруча, 2 пустых ведерка, 2 мешка,

Место проведения: Спортивная площадка.

Ход мероприятия.

Команды выстраиваются по периметру площадки.

Ведущий: Мы начинаем самую спортивную из всех весёлых и самую весёлую из всех спортивных эстафет - «Один за всех, и все за одного»! В ходе соревнований участники продемонстрируют свои качества в силе, ловкости, смекалке, быстроте! Ребята, в процессе соревнований мы с вами должны соблюдать следующие правила: уважать своих соперников; оставаться скромными после победы; достойно переносить поражения; соблюдать правила эстафеты.

1. «Бег со скакалкой».

Прыгая через скакалку, игроки добегают до отметки, огибают ее и также прыгая через скакалку возвращаются обратно.

3. Обводка кеглей мячом.

Игрок должен обвести все кегли футбольным мячом, дойти до финиша. Взять мяч в руки и вернуться к команде.

4. Все на борт

Задача уместиться всей командой на покрывале и удержаться минимум 5 сек. (если отряд небольшой то на половине покрывала и т.д). Для старших детей мы любим усложнять задание: сначала на всем покрывале, потом на половине, потом на четвертинке и т.д., но до разумных пределов.

5. Мяч на покрывале

Все участники берутся за края покрывала, натягивают его до ровной поверхности. После этого ведущий кладет мяч в центр. Задача игроков, согласовывая движения, пронести мяч до отметки и обратно, удерживая мяч на покрывале. Покрывало не должно провисать.

6. Станция «Преграда» Форма проведения: Ведущий натягивает веревку (необходимы два столба, дерева) на уровне талии участников команды. Команде нужно пройти под веревкой, не задев ее; нельзя касаться земли руками. На втором

Передать мяч
Задача команды передать мяч по веревке, а обратно вернуть через кегли

этапе задание усложняется – веревка опускается вниз до уровня колен участников. Все участники команды могут помогать друг другу.

7. Эстафета «Три прыжка»

Для выполнения этой эстафеты необходимо на расстоянии 4-5 метров от линии старта положить скакалку. После сигнала первый участник, добежав до скакалки, берет ее в руки, делает на месте три прыжка, кладет скакалку и устремляется назад передать эстафету следующему. Побеждает команда, быстрее всех прошедшая эстафету.

8. Эстафета «Игольное ушко»

Вдоль линии эстафеты на земле лежат два обруча. Стартуя, первый участник должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя (как нитка проходит через игольное ушко). Затем, добежав до следующего обруча проделать с ним, то же самое упражнение. И так со всеми обручами на прямом и обратном пути. Побеждает та команда, участники которой быстрее проденут «нитку», т.е, проделают все операции с обручами.

9. Мяч в кольцо.

Команды построены в колонны по одному перед баскетбольными щитами на расстоянии 2 – 3 метра. По сигналу первый номер выполняет бросок мяча в кольцо, затем кладет мяч, затем второй игрок берет мяч и бросает его в кольцо и так далее. Выигрывает та команда, которая больше всех попала в кольцо.

10. «Попади в цель».

Перед каждой командой находятся обручи на расстоянии 3 метра, каждый участник забрасывает мяч в обруч.

11. «Закаливание»

На линии отметки стоит пустое ведро, игрок добегают до ведра, изображает обливание, ставит ведро на место, бежит обратно.

12. «Непослушный обруч»

Игроки катят обруч до отметки и обратно.

13. «Прыжки в мешках»

Перед командой лежат мешки, игроки по очереди прыгают в мешках до кегли и обратно.

Подведение итогов, награждение.

Ведущий: Вот и закончилась наша эстафета. Все участники команд показали свою силу, быстроту, ловкость. А главное – получили заряд бодрости и массу положительных эмоций!