**Игра-эстафета для учащихся 6-7 классов**

**Выполнил учитель физической культуры Харцев Валерий Геннадьевич**

1. **«На болоте»**

Двум участникам дают по два листа бумаги. Они должны пройти через «болото» по «кочкам» - листам бумаги. Нужно положить лист на пол, стать на него двумя ногами, а другой лист, обернуться, взять снова первый лист и положить впереди себя. И так, кто первый пройдет через комнату и вернется назад.

**2. «Пройди, не задень»**

На ровном месте, на расстоянии шага друг от друга ставятся 8-10 кеглей на одной линии. Играющий становится перед первой кеглей, ему завязывают глаза повязкой и предлагают пройти между кеглями туда и обратно. Выигрывает тот, кто уронит наименьшее количество кеглей.

**3. «Не хуже чем кенгуру»**

Нужно пропрыгать определенное расстояние, зажав между коленями обычный или теннисный мяч. Если мяч падает на землю, бегун поднимает его, снова зажимает коленями и продолжает прыжки.

**4. «Мяч в кольцо»**

Команды построены в одну колону по одному перед баскетбольными щитами на расстоянии 2 - 3 метра. За сигналом первый номер выполняет бросок, затем кладет мяч, а второй игрок тоже берет мяч и бросает его в кольцо и так далее. Выигрывает та команда, которая больше всех попала в кольцо.

**5. Встречная эстафета с обручем и скакалкой**

Команды строятся как на встречной эстафеты. У направляющего первой подгруппы – гимнастический обруч, а у направляющего второй подгруппы – скакалка. По сигналу игрок с обручем устремляется вперед, прыгая через обруч (как через скакалку). Как только игрок с обручем пересекает линию старта противоположной колонны, стартует игрок со скакалкой, который продвигается вперед, прыгая через скакалку. Каждый участник после выполнения задания передает инвентарь очередному игроку в колонне. Так продолжается до тех ор, пока участники не выполнят задание и не поменяются местами в колоннах. Пробежки запрещены.

**6. «Гонка мячей»**

Играющие делятся на две команды и становятся в колонны по одному. У стоящих впереди по мячу. По сигналу руководителя начинается передача мячей назад. Когда мяч дойдет до стоящего сзади, он бежит с мячом в голову колонны, становится первым и начинает передачу мяча и т.д. Игра продолжается до тех пор, пока каждый из игроков команды не побывает первым. Надо следить за тем, чтобы мяч передавался с прямыми руками с наклоном назад, а дистанция в колоннах была бы не менее шага. Усложнение: передачей мяча подбросить мяч вверх, поймать его после хлопка и передать над головой следующему участнику.

**7. «Передал – садись!»**

Играющие, делятся на несколько команд и стоятся за общей линией старта в колонну по одному. Впереди каждой колонны лицом к ней на расстоянии 5 – 6 метров становятся капитаны. Капитаны получают по мячу. По сигналу каждый капитан передает мяч первому игроку своей колонны. Поймав мяч от последнего игрока своей колоны, капитан поднимает его вверх, а все игроки его команды вскакивают. Выигрывает команда, игроки которой быстрее выполняет задание.

**8. Эстафета со скакалкой**

Игроки каждой команды стоятся за общей линией старта в колонну по одному. Перед каждой колонной на расстоянии 8 10 метров ставится поворотная стойка. По сигналу направляющий в колонне выбегает из – за стартовой линии и продвигается вперед, прыгая через скакалку. У поворотной стойки он складывает скакалку вдвое и передает скакалку под ногами горизонтально. На финише участник передает скакалку очередному игроку своей команды, а сам становится в конец своей колонны. Выигрывает команда, игроки которой точнее и раньше закончат эстафету.

**9. Бег в обруче**

Игроки выстраиваются парами. У первой пары в руках гимнастический обруч, а перед командами – предмет (набивной мяч, флажок, кегля), который надо обегать. По сигналу два первых игрока в командах продвигаются вперед внутри обруча, держа его двумя руками. Обежав предмет, первая пара вручает обруч следующей паре, а сама встает в конец колонны. Эстафета заканчивается, когда упражнение выполнили все игроки и обруч снова оказался в руках у первой пары.