Приложение № 1.

Эстафеты:

1. « Санки»

Участники выстраиваются в колонну по одному на линии старта. Слева от первых двух участников лежат « сани» (два обруча скрепленные скотчем). По команде «Марш», два игрока встают в «сани», держат их двумя руками, бегут до ограничителя друг за другом, обегают его и возвращаются к команде. Игроки кладут обручи за линией старта на пол, задание выполняет следующая пара. Эстафета заканчивается, когда последняя пара, выполнив задание, пересекает линию старта.

1. « Классики»

Участники выстраиваются в колонну по одному на линии старта. В 2 метрах от линии старта лежат скрепленные обручи: один, два, один, два. По команде «Марш», первый игрок добегает до обруча, впрыгивает в него двумя ногами, затем в два (ноги врозь), в один двумя ногами и опять в два (ноги врозь). Затем игрок добегает до ориентира, обегает его, возвращается к команде и передает эстафету касанием ладони следующему игроку. Эстафета заканчивается, когда последний игрок, выполнив задание, пересекает линию старта.

1. « Змейка»

Участники выстраиваются в колонну по одному на линии старта. В 4 метрах от линии старта стоит воспитатель боком к команде. Взрослый держит по одному большому обручу в каждой руке справа и слева от себя. Обручи прижаты к полу. По команде «Марш», первый игрок добегает до обруча, пролезает в него, затем в следующий, добегает до ориентира, обегает его и на обратном пути проделывает задание еще раз, затем передает эстафету касанием ладони следующему игроку. Эстафета заканчивается, когда последний игрок, выполнив задание, пересекает линию старта.

1. «Эстафета с мячом»

Участники выстраиваются в колонну по одному на линии старта. У первого участника в руках резиновый мяч. В метре от линии старта лежит обруч, через метр еще один и т.д. (всего 3) Первый игрок боковым галопом добегает до первого обруча и выполняет броски и ловлю мяча в каждом обруче. Затем игрок добегает до ориентира, обегает его и на обратном пути продолжает выполнять задание с мячом, добегает до команды и передает мяч следующему игроку. Эстафета заканчивается, когда последний игрок, выполнив задание, пересекает линию старта.

1. «Олимпийские кольца»

Участники выстраиваются в колонну по одному на линии старта. Около каждой команды лежит обруч, в котором находятся пять колечек разного цвета. По команде « марш», первый игрок берет кольцо, бежит до ориентира и одевает кольцо на стойку. Затем добегает до команды и передает эстафету касанием ладони следующему игроку. Последний игрок выкладывает на полу олимпийскую символику.

1. Конкурс «Домашнее задание»

Дети показывают свои рисунки на тему: «На что похож обруч»; рассказывают стихи об обруче.