

Эстафеты для развлечения

а) сюжетные

б) комические

сюжетная

" Весёлые зайчики "

Цель:

- 1) закреплять у детей технику перепрыгивания через гимнастическую скамейку боковым способом,
- 2) способствовать развитию физических качеств (быстроту)
- 3) развивать смелость;

Атрибуты:

1 скамейка

Ход игры: Дети разделены на две команды. По сигналу руководителя " На старт, внимание, марш!" первые стоящие игроки из исходного положения, стоя, ноги вместе, руки согнуты перед грудью (заяц) прыгают на двух ногах с продвижением вперёд до гимнастической скамейки, перепрыгивают её, руки в упоре на скамейке, обратно возвращаются бегом, хлопают по плечу следующего игрока и встают в конец команды. Выигрывает та команда, у которой меньше штрафных очков и быстрее справилась с заданием.

Правила игры:

- 1) За нарушение насчитываются штрафные очки.
- 2) Движение начинается только по сигналу.
- 3) Заканчивает эстафету начинавший.