Эстафета Дружбы.

(Спортивная эстафета между командами учащихся 3 класса и их родителями)

Спортивные игры – эстафеты пробуждают у детей дух соревнования, стремление к победе. Развивают ловкость, скорость, выносливость. Воспитывают чувства взаимопомощи, взаимовыручки, лидерские качества.

Эстафета задумана с целью привлечения родителей в совместную деятельность с детьми, сближения родителей, детей и школы.

Необходимое оборудование: 2 футбольных мяча, 2 волейбольных мяча, 2 баскетбольных мяча, 20 обручей, цветы, сделанные детьми на уроках технологии, 4 стойки- ориентира.

*Ход мероприятия:*

1. Приветствие команд.

Команда родителей « **Олимпийцы**»

Девиз: С детьми соревнованья

 Нам вовсе не страшны.

 Выдержим все испытанья-

 Ведь Олимпийцы мы!

Команда детей «**Акбарс**»

Девиз: Милые родители!

 Вас обидеть не хотим!

 Но должны вы это знать!

 Вам победы не видать!

1. Знакомство с жюри.
2. Спортивные игры- эстафеты.

***Бег с тремя мячами***

На линии старта первый берет удобным образом 3 мяча (футбольный, волейбольный и баскетбольный). По сигналу бежит с ними до поворотного флажка и складывает возле него мячи. Назад он возвращается пустой. Следующий участник бежит пустым до лежащих мячей, поднимет их, возвращается с ними назад к команде и, не добегая 1м, кладет их на пол.

 ( вместо больших мячей можно взять 6 теннисных, вместо бега – прыжки.)

***Сто окошек***

 При чём здесь окошки? На самом деле это - обручи, которые мы просто сравниваем с круглыми окнами. Начинаем спортивные игры со множеством обручей. Команда игроков готова? Команда их соперников? Обручи разложены в направлении движения каждой команды. Взяв обруч перед собой, проходим через него, кладём на место и продолжаем двигаться дальше, к следующим обручам. Продолжаем соревнование.

***Гонка мячей под ногами***

 Первый игрок посылает мяч между расставленными ногами игроков назад. Последний игрок каждой команды наклоняется, ловит мяч и бежит с ним вдоль колонны вперед, встает в начале колонны и опять посылает мяч между расставленными ногами и т. д. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету.

***Эстафета парами.***

 Участники становятся в 2 колонны парами за линию на одной стороне площадки, количество пар в колоннах должно быть одинаковым. На противоположном стороне площадки (на расстоянии 6 - 8 м.) поставлены какие-либо предметы (кубы, деревянные чурбачки). По сигналу взрослого первые пары, взявшись за руки, бегут к кубам, обегают их и возвращаются в конец своей колонны. Как только они перебегут линию старта, убегают вторые пары, и так до тех пор, пока не пробегут все пары.

Выигрывает та колонна, игроки которой быстрее выполнят задание и во время бега не разъединят руки.

***Полянка.***

 Обруч - это лесная полянка, на которой растёт множество цветов. За определённое время поочередно игроки команды должны добежать до поляны и взять только один цветок и вернуться к своей команде. В какой команде игроки окажутся шустрее и соберут самый большой букет?

***Гонка обручей.***

Играющие делятся на равные команды и строятся в шеренги вдоль боковых линий площадки. На правом фланге каждой команды стоит капитан; на него надето 10 гимнастических обручей. По сигналу капитан снимает с себя первый обруч и передает его через себя сверху вниз или наоборот и передает очередному игроку. В это же время капитан снимает с себя второй обруч и передает его соседу, который, выполнив задание, передает обруч дальше. Таким образом, каждый игрок, передав обруч соседу, тут же получает новый обруч. Замыкающий игрок в шеренге надевает все обручи на себя. Команда, игроки которой быстрее выполнят задание, получает выигрышное очко.

***Эстафета с обручами.***

На дорожке проводятся две линии на расстоянии 20 - 25 м одна от другой. Каждый игрок должен прокатить обруч от первой до второй линии, вернуться обратно и передать обруч своему товарищу. Выигрывает та команда, которая раньше завершит эстафету.

4.Подведение итогов. Награждение команд.

Используемые интернет-сайты:

 <http://kidportal.ru/konkursi-i-estafeti>

www.fun-khttp://loun.ru/index.php?id=494