

Спортивный праздник

Разработчик: тренер-преподаватель по легкой атлетике Сарычева Л.А.

Эстафета «Футболист»

Участники каждой команды по очереди должны забить мяч ногой в ворота (картонная коробка), за каждое попадание присуждается один балл.

Побеждает та команда, которая больше наберет баллов.

Инвентарь 7 мячей, 7 коробок.

Эстафета «Ловкие пальчики»

Участники каждой команды по очереди должны скрутить и раскрутить 4 м веревку на палочку один конец которой закреплен и передать эстафету следующему игроку положив палочку на землю, встав последним в колонну.

Все участники должны полностью раскручивать и скручивать веревку.

Побеждает та команда, которая потратит на это меньшее количество времени.

Инвентарь 7 веревок по 4 м., 7 палок по 20 см.

Эстафета «Меткий метатель»

Перед каждой командой на расстоянии 3 м. находится фишка. Каждый участник команды должен накинуть кольцо на фишку и подобрав ее передать следующему игроку. За каждое попадание дается 1 балл. Побеждает та команда, которая больше всего набросит колец на фишку.

Инвентарь 7 фишек, 7 резиновых колец.

Эстафета «Скиппинг»

Участвуют 10 человек, 2 участника вращают скакалку, а 4 человека прыгают через нее до остановки, затем четверка меняется. Одно вращение 1 балл.

Побеждает та команда, которая наберет большее количество баллов.

Инвентарь 1 скакалка.

Эстафета «Богатыри»

Участвует вся команда в перетягивании каната по Олимпийской системе.

Победителю дается 1 балл.