


Комплексы эстафет с использованием игрового пособия «Парашют» для детей старшего дошкольного возраста

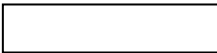
Подготовила: С. Л. Головорушко,
старший методист
МКДОУ Сортавальского МО РК
ДС №23,
высшая квалификационная категория

Условные обозначения:


 - ребенок


 - педагог


 - шнур, канат

 - гимнастическая скамейка

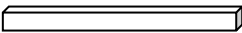
 - мат

 - куб


 - предмет

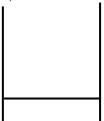
 - обруч

 - набивной мяч

 - брусок


 - кегля


 - указатели направления


 - оборудование для прыжков в высоту

 - дуга

 - набивной мешочек

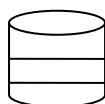
 - наклонная доска

 - поворот

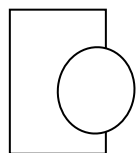
 - вертикальная цель

○ - маленький мяч

○ - большой мяч



- горизонтальная цель



- баскетбольное кольцо

Комплексы эстафет

Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, берет мяч, забрасывает его в баскетбольное кольцо своей команды и возвращается на свое место. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т.д.</p>

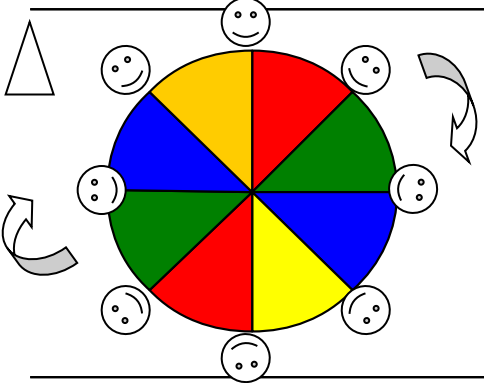
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют и встает на свое место. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т.д.</p>

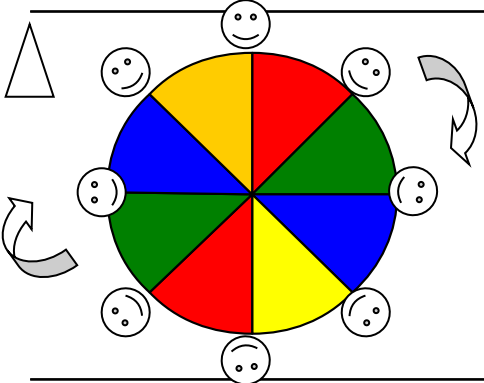
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке прыгает вокруг парашюта и встает на свое место. После того как этот участник встанет на свое место прыгает участник другого сектора и т.д.</p>

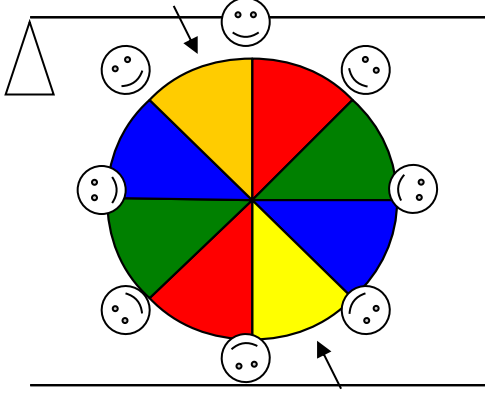
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» игроки желтого сектора проползают под парашютом, т. е. меняются местами. После того как участники встанут на свое место проползают участники другого сектора и т.д.</p>

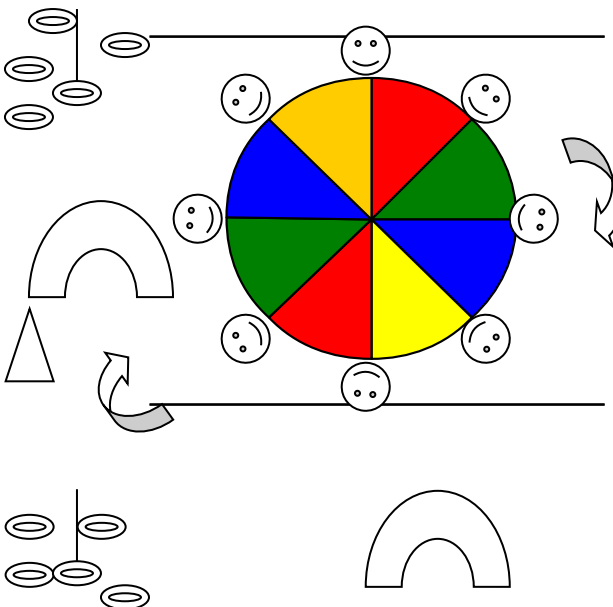
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, пролезает под дугой на четвереньках, подбегает к пирамидке, выбирает соответствующее кольцо, нанизывает его на штырь и возвращается на свое место. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т.д.</p>

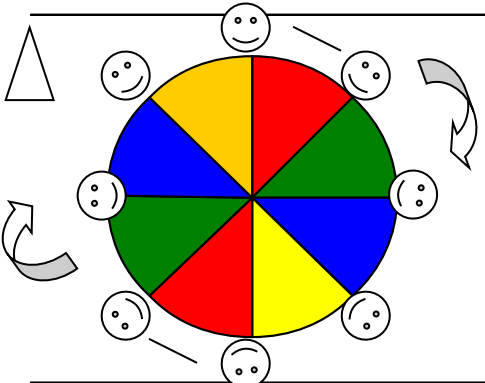
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» игрок желтого сектора передает рядом стоящему игроку своей команды зажатую между ног палку, тот в свою очередь передает ее следующему участнику и т. д. Палка передается до тех пор, пока не окажется у последнего участника команды. Помощь рук в эстафете исключена.</p>

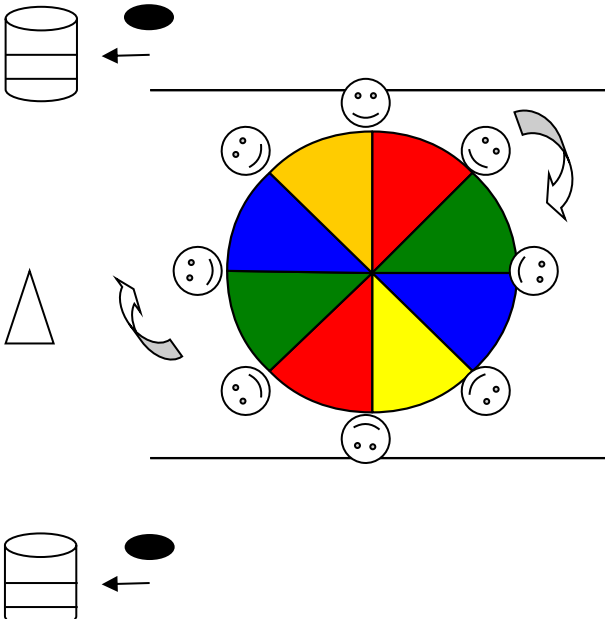
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, берет мешочек и метает его в горизонтальную цель, с расстояния 3 м., одной рукой снизу. Возвращается на свое место. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т.д.</p>

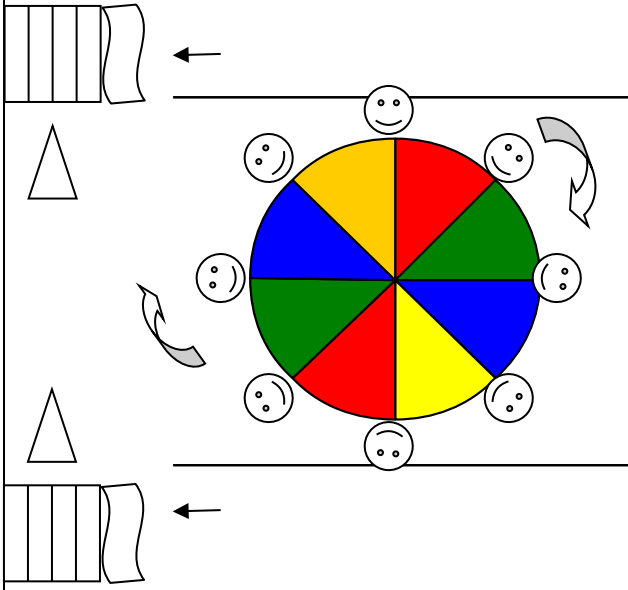
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, взлезает на лестницу, достает до висящей на верхней перекладине погремушки и спускается вниз.</p> <p>Возвращается на свое место. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т.д.</p>

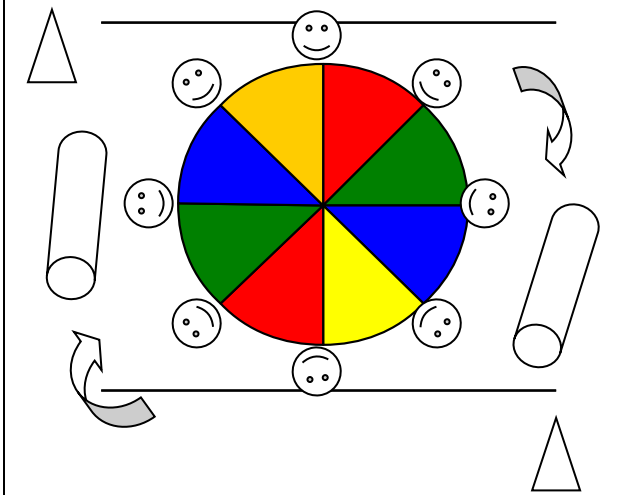
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, бежит до лаза, пролезает через лаз. Затем бежит до следующего лаза, пролезает через него и бежит к своему сектору.</p> <p>После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т.д.</p>

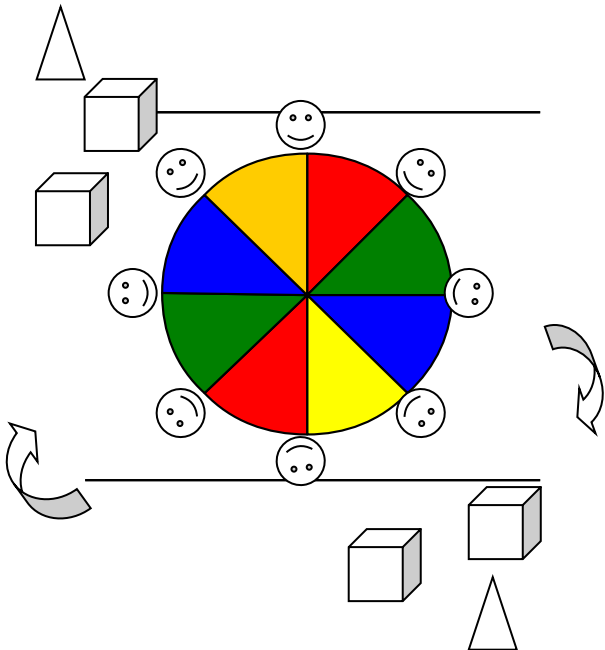
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, бежит до кубов (поставленных на расстоянии 50 см. один от другого), прыгает через кубы. Затем бежит до следующих кубов, прыгает через них и бежит к своему сектору. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т. д.</p>

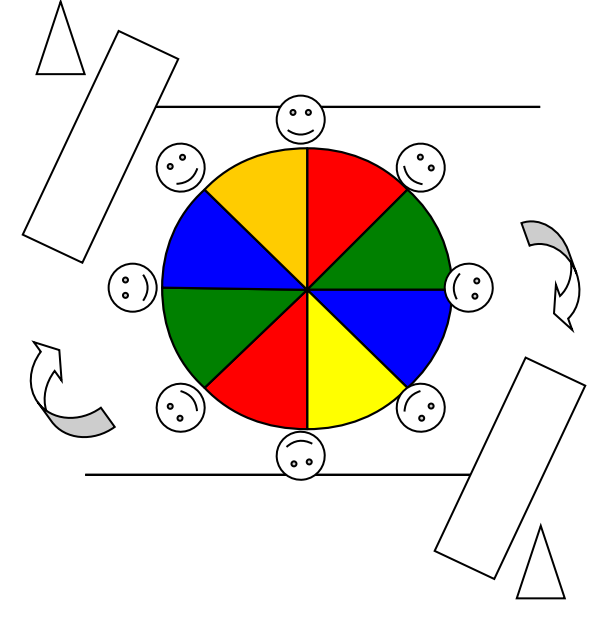
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, бежит до гимнастической скамейки, идет по ней, спрыгивает, и бежит до следующие гимнастической скамейки. Пройдя по второй скамейке, игрок направляется к своему сектору. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т. д.</p>

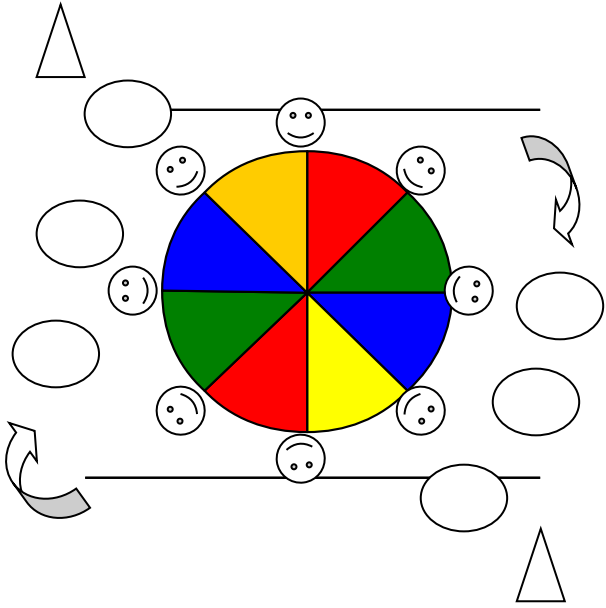
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, бежит до обручей (положенных на расстоянии 40 см. один от другого), перепрыгивает из обруча в обруч, и бежит до следующих обручей. Перепрыгнув из обруча в обруч, игрок бежит на свое место. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т. д.</p>

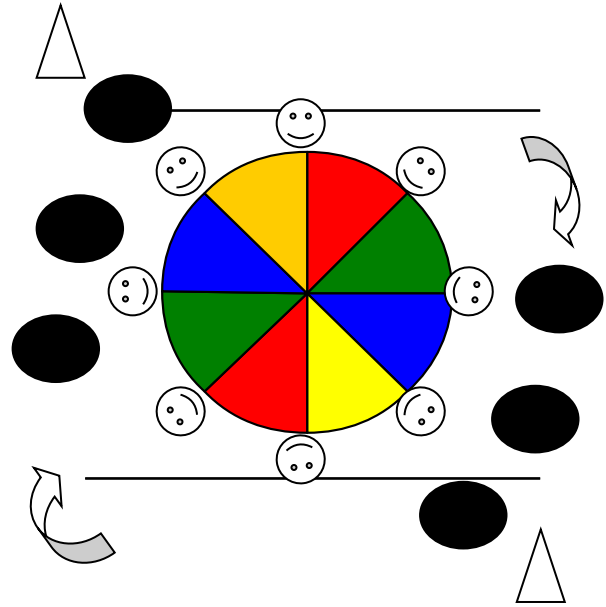
Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, бежит до набивных мячей (положенных на расстоянии 50 см. один от другого), перепрыгивает через набивные мячи, и бежит до следующих набивных мячей. Перепрыгнув через набивные мячи, игрок бежит на свое место. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т. д.</p>

Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор по часовой стрелке оббегает парашют, бежит до оборудования для прыжков в высоту (высота 30 см.), перепрыгивает через планку, и бежит до дуг. Подлезает прямо не касаясь руками пола под тремя дугами (высота 70 см.) После этого игрок бежит на свое место. После того как этот участник встанет на свое место бежит участник другого сектора и т. д.</p>

Рисунок	Описание эстафеты
	<p>По команде: «На старт! Внимание! Марш!» желтый сектор, держа в руках набивной мяч (вес 0,5 кг.) по часовой стрелке оббегает парашют, бежит до дуги, пролезает под дугой на четвереньках, подталкивая набивной мяч перед собой. Берет мяч в руки и добегают до стойки со шнуром. Подлезает под шнур боком. После этого игрок бежит на свое место, передает мяч рядом стоящему игроку. После передачи мяча бежит участник другого сектора и т. д.</p>