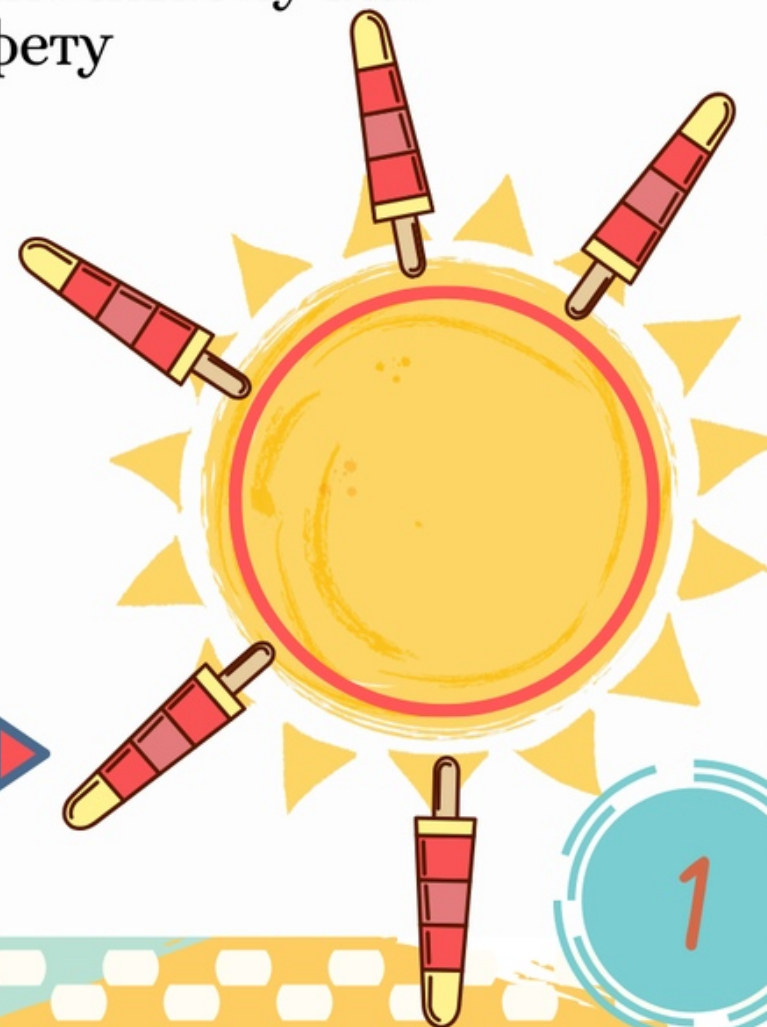


ЭСТАФЕТА

СОЛНЫШКО

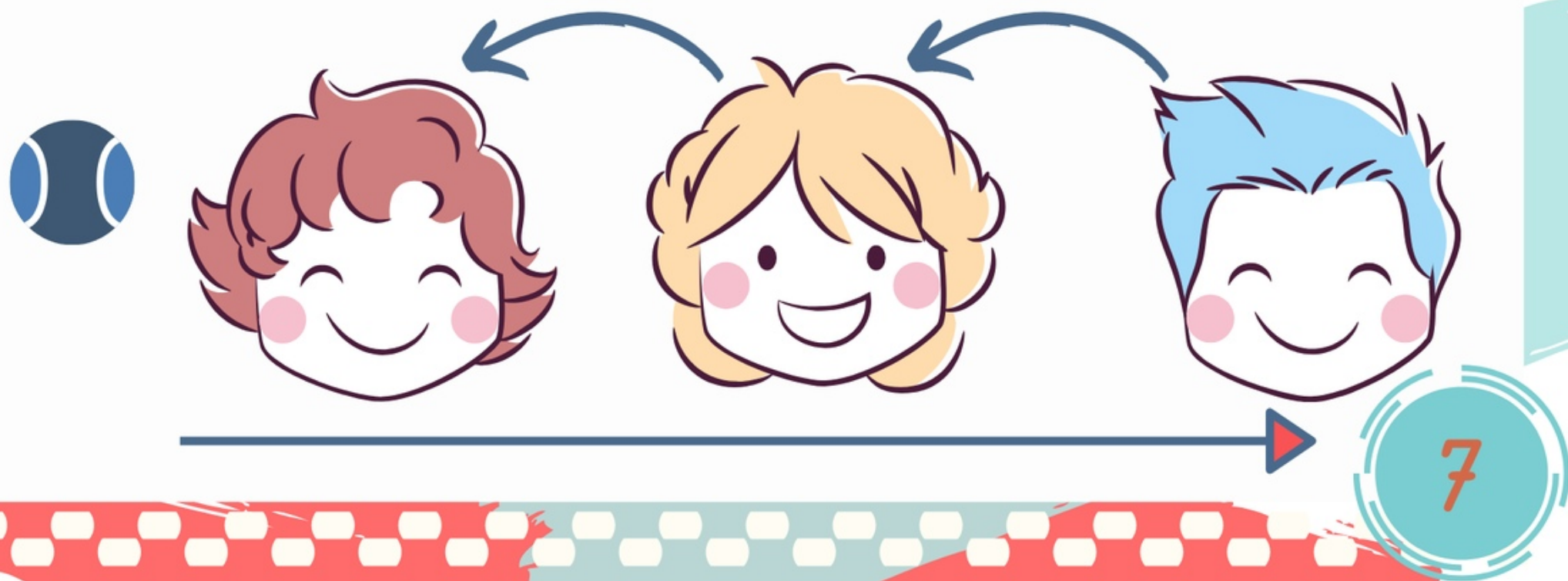
А) У каждого участника в руках короткая гимнастическая палка. Первый участник бежит к обручу и оставляет рядом с ним свою палочку, кладя ее так, чтобы получился солнечный лучик.

Б) Возвращается в команду и передает эстафету следующему, хлопком ладони по плечу.



ПЕРЕДАЧА МЯЧА НАД ГОЛОВОЙ

1. Подбросить мяч, поймать его после хлопка и передать над головой следующему участнику.
2. Последний участник с мячом обегает команду и встает первым.
3. Эстафета заканчивается тогда, когда команда построится за капитаном.

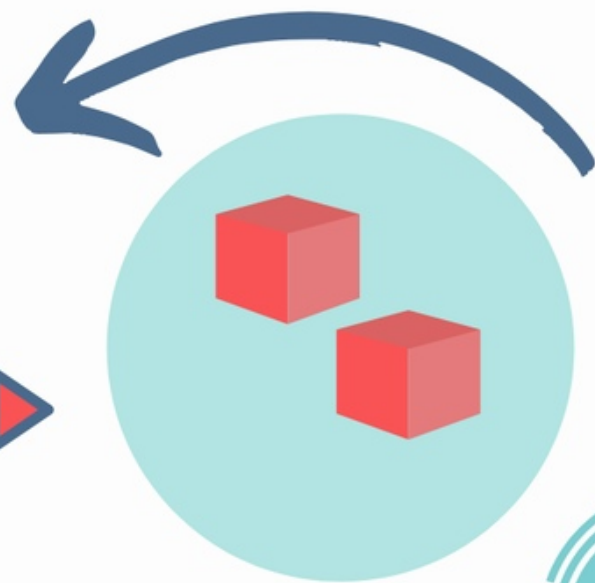
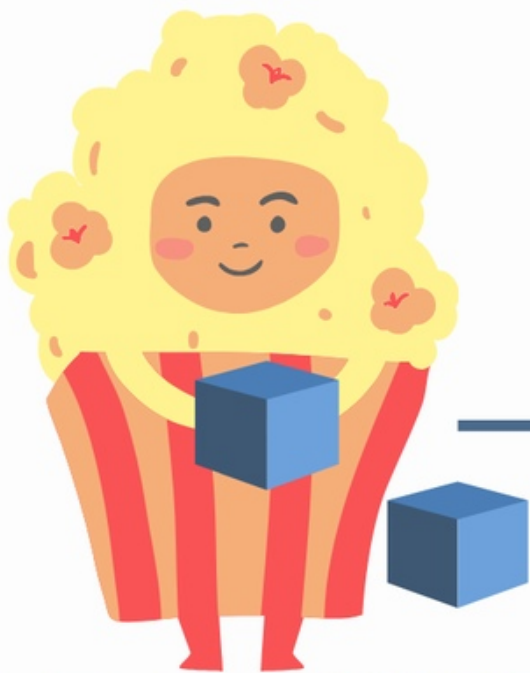


ЭСТАФЕТА

ЛЕТНЕЕ КАФЕ

До начала эстафеты первым игрокам дают по два кубика и в обруч кладут два кубика, но другого цвета.

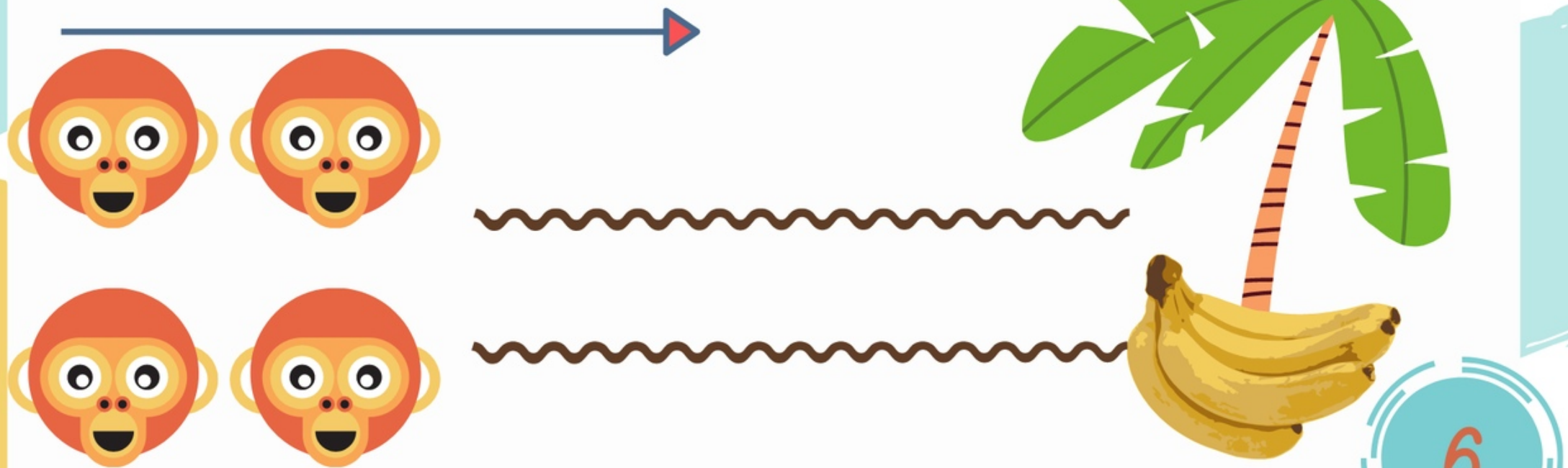
1. По сигналу добежать до обруча, положить кубики, взять кубики другого цвета, обежать обруч, вернуться к команде.
2. Передать кубики следующему игроку.



ЭСТАФЕТА

СОБИРАЕМ БАНАНЫ

1. Участники преодолевают путь до "пальмы" по лиане (канат, лежащий на полу), наступая на канат ногами.
2. У ориентира "пальмы" взять "банан" и бежать к команде.
3. Побеждает команда, быстрее собравшая все "бананы".



ЭСТАФЕТА

В ГОСТИ К СОЛНЦУ

Пробежать от конуса к конусу.



ПОДВИЖНЫЕ
ИГРЫ

ЛЕТО

ЭСТАФЕТЫ

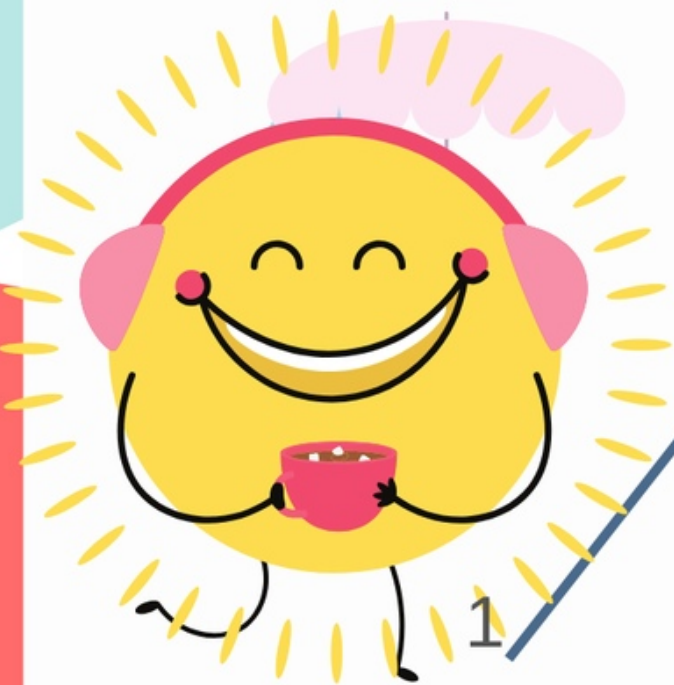
ОТ 5
ДО 7

https://vk.com/fizkult__ura



ЭСТАФЕТА

ДОБЕГИ ДО ФЛАЖКА



1

2



4



3



ЭСТАФЕТА

ЛЕТНЯЯ ПРОГУЛКА

- А) Пробежать от 1 конуса ко второму, дотронуться до него ладонью.
- Б) Вернуться к 1 конусу, дотронуться ладонью и бежать к 3.
- В) Дотронуться ладонью до 3 конуса и вернуться к команде.

