

**Конспект**  
**образовательной деятельности**  
**по физической культуре для детей 6-7 лет**  
**по обучению детей выполнению линейных эстафет**  
**«Веселые эстафеты спортивных ребят»**

Составила: Мудрая Елена Петровна  
инструктор по физической культуре  
высшей категории  
МБДОУ «ДС №393 г. Челябинска

г. Челябинск, 2021г

## Задачи:

- образовательные: упражнять в передаче мяча, стоя в шеренге, колонне; учить выполнять эстафеты на равновесие и пролезание, с бегом, с прыжками через невысокие препятствия, с метанием набивного мешочка 200гр ;
- развивающие: развивать физические способности, мелкую моторику рук;
- воспитательные: уметь взаимодействовать со сверстниками, проявлять дружелюбие и взаимовыручку, принимать правильные решения.

## Оборудование:

2 фишки, 2 мяча резиновых диаметром 20см, 2 гимнастические скамейки, 2 воротиков, 6 кубиков, 4 препятствия высотой 30-40см, 2 корзины, мешочки 200гр. по количеству детей

Часть занятия	Содержание	Дозировка	Методические рекомендации
Вводная часть 5 мин.	Дети стоят в одну шеренгу. «Эстафета» Автор Т.Турбина  Есть командная игра Нам её узнать пора. Эстафета –просто палка И отдать её не жалко.  С палкой нужно побежать И другому передать. Две команды рядом встали: «Старт! и Марш!» -мы побежали. И с победным криком эту Завершили эстафету!	1 мин.	Создание мотивации детям для выполнения эстафет
Основная часть 20 мин.	Перестроение в две команды. <b>Стоя в шеренгу.</b> Передача мяча руками перед собой от первого участника до последнего и обратно. Какая команда выполнит быстрее и не уронит мяч	2-3 раза.	Руки согнуты в локтях, наготове. Передавать мяч без разворота корпуса
	<b>Стоя в колонну.</b> Передача мяча руками над головой от первого участника до последнего и обратно. Какая команда выполнит быстрее и не уронит мяч	2-3 раза.	У кого мяч в руках, тот немного наклоняется назад. Кто принимает мяч, тот делает руки вперед. Передача мяча кистями рук.
	<b>1.Эстафета на равновесие и пролезание</b> Дети стоят в две команды. По команде «Марш!» бегут по гимнастической скамейке, пролазят в воротики, оббегают фишку и бегут обратно, передают баш по руке следующему участнику	1-2 раза	Следить за правильным выполнением эстафеты:



### 2. Эстафета с бегом

Дети стоят в две команды. По команде «Марш!» бегут «змейкой», оббегают три кубика и фишку, бегут обратно, передают кеглю следующему участнику.



### 3. Эстафета с прыжками

Дети стоят в две команды. По команде «Марш!» перепрыгивают препятствия высотой 30 см, бегут к фишке делают пять приседаний, бегут обратно, передают баш по руке следующему участнику

передавать баш, не заступать за линию старта

1-2 раза

Следить за тем, чтобы дети оббежали все кубики и передавали кеглю

1-2 раза

Выполняют прыжки мягко, с приземлением на носок, сами считают пять приседаний. Поощрять тех, кто выполняет приседания, касаясь пяток



#### 4. Эстафета с метанием

Дети стоят в две команды, у каждого участника в руках мешочек. По команде «Марш!» бегут до обозначенного места и метают мешочек в корзину. Бегут обратно, передают баш по руке следующему участнику

2-3  
раза.

До корзины 3-4 метра. Метание мешочка весом 200гр от плеча. Поощрять тех, кто попал в корзину



#### Эстафета «Гусеница»

Команды стоят в колонну на противоположных сторонах зала. Первый наклоняется вперёд, правую руку между ног подаёт назад следующему участнику, тот берет левой рукой, а свою правую отдаёт следующему, и так вся команда делает «гусеницу». Выигрывает та команда, которая пройдёт круг и не расцепит руки.

2-3 раза

Следить за тем, чтобы темп ходьбы был равномерным, чтобы между детьми было одинаковое расстояние

#### Релаксация

Дети лежат на ковре на спине с закрытыми глазами

1 мин.

Под медленную, тихую музыку.

Заключительная часть  
5мин.