**Веселые старты**

**в пришкольном лагере**

**«Достык» («Дружба»)**

Подготовил: учитель физической культуры

Утешев Валерий Александрович

**Веселые старты**

**в пришкольном лагере**

**«Достык» («Дружба»)**

**Место проведения:** Стадион «Торпедо»

**Дата проведения:** 09:06:2017г

**Время проведения:** 11:00

**Учитель физкультуры:** Утешев В.А.

**Общие правила**

За каждый этап команде которая выиграла начисляется 20 очков, а которая проиграла 10 очков, за каждую ошибку у команд отнимается -1 балл. В конце всех этапов подсчитывается общее количество баллов. Выигрывает команда набравшая максимальное количество баллов.

**1 Этап - Перенос теннисного мяча**

Первый кто стоит в колоне бежит до мяча берет его в руки затем бежит обратно и отдает в руки следующему, тот в свою очередь бежит и кладет его обратно, затем бежит назад и передает эстафету следующему, выигрывает самая быстрая команда.

**2 Этап - Тараканьи бега**

Первый кто стоит в колоне бежит до фишки оббегает ее и бежит назад после того как он пересек линию бежит следующий и так далее, выигрывает самая быстрая команда.

**3 Этап - «Паровозик»**

Первый стоящий в колонне бежит до фишки оббегает ее возвращается назад берет за руки второго и бежит с ним до фишки и назад затем третьего четвертого и так далее пока все вместе не пересекут финишную черту , выигрывает самая быстрая команда.

**4 Этап – Передачи мяча сверху из за головы и снизу между ног**

Мяч у капитана, все стоят широко расставив ноги в колонне друг за другом по свистку капитан начинает передавать мяч сверху из за головы, как только мяч оказывается у последнего он передает его между ног вперед. выигрывает самая быстрая команда.

**5 Этап передачи мяча капитаном своей команде на расстоянии**

Капитан становится на против своей команды на расстоянии 5 метров с мячом в руках, по свистку отдает передачу впереди стоящему, а тот кому отдали передачу отдает ее капитану и садиться, затем капитан отдает следующему до тех пор пока последний игрок не отдаст мяч капитану, выигрывает самая быстрая команда.

**6 Этап «Веселые пингвины»**

Мяч зажимается между ног, по свистку игроки начинают прыгать с мячом до финишной линии , после того как они пересекли линию, они берут мяч в руки и возвращаются обратно с мячом в руках и отдают его следующему игроку, выигрывает самая быстрая команда.

**7 Этап «Переправа»**

Каждая команда получает по одному обручу — он будет лодкой, на которой необходимо перевезти всех других членов команды на другой берег.  Должны быть обозначены линия старта и финиша. По свистку первые двое игроков садятся в «лодку», берут с собой еще одного и переплывают на другой берег, оставляют его там, а сами возвращаются обратно за следующим. Больше одного пассажира брать за рейс нельзя. Команда, которая первой перевезет всех членов команды становится победителем.

**8 Этап «Прокати обруч»**

По стартовому сигналу игроки обеих команд начинают катить свой обруч до финишной линии, расположенной в 20-25 метрах от стартовой, и вернуться таким же образом назад и передать обруч следующему участнику команды.  Победителем становится команда, которая первой закончила этап.