

ПРИЛОЖЕНИЕ
к положению, утверждённому
приказом Управления
образования Администрации
Советско-Гаванского
муниципального района
Хабаровского края
от 10.02.2025 № 67

Программа муниципальной спортивной эстафеты «В гостях у зебры»

1. Форма одежды – спортивная, вторая обувь.
2. Наименование конкурсов:

- **«Зеленый свет»**

Участники пробегают дистанцию и передают друг другу зеленый воздушный шарик.

- **«Готовность 112»**

На противоположной стороне зала от участников соревнований стоят 2 стула с листочками и ручкой. Нужно добежать до «телефона», написать ручкой 112, вызвать полицию. Кто быстрее справится с заданием, тот и победит.

- **«Весёлый автобус»**

Дети встают колоннами, положив руки на плечи впереди стоящему. Капитаны — водители автобусов, все остальные — пассажиры. Чей автобус быстрее доедет до стойки, не разомкнется, обогнёт её и вернётся обратно, тот и победит.

- **«Такси вызывали»**

Первый игрок, надев на себя обруч, обегает стойку, захватывает второго игрока в обруч из команды, бегут к стойке, и первый игрок высаживается. Второй игрок бежит за следующим игроком, они бегут к стойке, и второй игрок высаживается, и третий игрок бежит за следующим игроком, и так пока вся команда не будет перевезена на другую сторону зала.

- **«Подземный переход»**

Первый участник бежит до середины дистанции, становится с упором на ладони и ступни, прогибаясь вверх. Следующий проползает под ним, и становится в дугу перед первым игроком, следующий игрок проползает под двумя игроками и становится в дугу перед вторым игроком, и так вся команда. Последний игрок проползает под всеми игроками, обегает стойку, возвращается обратно и трогает каждого игрока, и вся команда возвращается на свое место.

- «Автомульты»

Все команды отвечают на вопросы на листочках из мультфильмов и сказок, в которых упоминаются транспортные средства. За каждый правильный ответ начисляется 1 балл.

-«Неровная дорога»

Направляющие колонн зажимают между ногами (выше коленей) волейбольный мяч. По сигналу направляющие начинают продвигаться вперед прыжками и, достигнув противоположной линии, берут мяч в руки и бегом возвращаются назад. Так действуют все игроки. Если мяч упал на пол, его нужно подобрать, зажать ногами и только тогда продолжить эстафету. Участники, закончившие эстафету, становятся в конец колонны. Выигрывает команда, игроки которой быстрее закончат эстафету.

- «Собери пазл»

Кто быстрее соберет пазл. Команда, первая собравшая пазл, поднимает руку.

- «Скользкая дорога»

По сигналу ведущего участники прыгают через скакалку, добегают до финишной отметки, оббегают её, возвращаются обратно, передают скакалку следующему участнику.

- «Регулировщик»

Участники пробегают дистанцию и передают друг другу жезл инспектора ГИБДД (эстафетную палочку).