

Спортивная игра “Star - Старт”

Игра проводится для двух команд в составе 14 человек (7 мальчиков и 7 девочек). Все конкурсы оцениваются по двухбалльной шкале, команда, завершившая эстафету первой, получает два балла, второй один балл.

Эпизод 1 “Эстафета с мячом”.

Первый участник команды по сигналу ведущего бежит до противоположного конца зала, ведя перед собой баскетбольный мяч. Коснувшись стены зала, он возвращается обратно обычным бегом, держа в руках мяч и передает эстафету следующему участнику.

Эпизод 2 “Эстафета на велосипеде”.

Участникам предлагается, сидя на велосипеде, объехать змейкой стоящие впереди на расстоянии 1 метр друг от друга кегли (5 кегль), далее проехать по доске размером 10 см × 2,5 метра, ни разу не соскльзнув с доски, далее два раза объехать какой-либо предмет и вернуться назад обычным способом, передав эстафету следующему участнику.

Эпизод 3 “Перетягивание каната”.

В данном конкурсе участвуют только мальчики. Каждая команда становится с разных концов каната и пытается перетянуть на свою сторону команду соперников.

Эпизод 4 “Эстафета со скейтом”.

Первый участник команды ложится грудью на скейт и по сигналу ведущего, отталкиваясь от пола только руками, передвигается вперед и, объехав впереди стоящий предмет, берет скейт в руки и возвращается к своей команде, передавая эстафету следующему участнику.

Эпизод 5 “Прыжки через скакалку”.

В данном конкурсе участвуют только девочки. Две девочки крутят большой длины скакалку, а остальные все вместе должны прыгать через нее.

Эпизод 6 “Эстафета с клюшками”.

Первый участник команды по сигналу начинает перемещать вперед теннисный шарик с помощью клюшки, обходя по дороге стоящие кегли (5 штук). Обойдя последнюю кеглю, он возвращается назад по прямой, продолжая перемещать теннисный мяч с помощью клюшки. Добежав до своей команды, он передает эстафету.

Эпизод 7 “Эстафета на роликах”.

Все участники команды одевают на ноги роликовые коньки. Участники команды парами, взявшись за руки, начинают передвигаться до противоположного конца зала, объезжая при этом, змейкой, поставленные по пути препятствия (лавочки). Коснувшись противоположной стены зала, они возвращаются назад обычным способом и передают эстафету следующей паре участников.

В конце игры подсчитывается общий итог и происходит награждение участников.