

ЭСТАФЕТЫ

Эстафёта (фр. *estafette* — «нарочный, посыльный, курьер») – совокупность командных спортивных дисциплин, в которых участники один за другим проходят этапы, передавая друг другу очередь перемещаться по дистанции.

Забота о всестороннем развитии подрастающего поколения всегда находится в центре внимания. Важной составной частью гармонично развивающейся личности является физическое совершенство. Эффективность физического воспитания дошкольников связана, в частности, с повышением творческой инициативы педагога, поиском нестандартных организационно-методических приёмов. В настоящее время игровые эстафеты пользуются большой популярностью у дошкольников. По самой своей природе эстафеты ненавязчиво побуждают их участников глубже и полнее использовать свои знания, умения и навыки в согласованных действиях с товарищами по команде, развивают мужество, решительность, внимание, оперативное мышление, чувство коллективизма, ответственности, взаимовыручки и множество других социально важных и полезных качеств.

Эстафеты – веселые соревнования, которые предоставляют возможность создать хороший командный дух и сотрудничество. В основе эстафет лежат физические упражнения. Эстафеты могут проводиться с различными предметами и без них. Сложность и длина эстафеты определяется в зависимости от возраста и подготовленности участников. Большое разнообразие игровых эстафет способствует решению специальных задач физического воспитания. Многие дети любят такие спортивные занятия, это и веселое развлечение, и польза.

ВИДЫ ЭСТАФЕТ

1. Исходя из **СПОСОБА ДЕЙСТВИЙ УЧАСТНИКОВ** эстафеты делятся на поочередные и совместные.

<i>Поочередные</i>	<i>Совместные</i>
В этом виде эстафет участники один за другим выполняют обусловленные действия: • на месте, без перемещения участников (“игровые гонки”); • с передвижением различными способами; • с передвижением и дополнительными действиями — например, преодолением препятствий.	Эстафеты характеризуются: • групповым передвижением, где успех решает согласованность действий членов каждой команды; • поочередным передвижением с последующими коллективными действиями. Есть также эстафеты, занимающие промежуточное положение, в которых участники действуют поочередно небольшими группами.

2. Эстафеты классифицируются и **ПО КОЛИЧЕСТВУ ЗАДАНИЙ**.

<i>Простые</i>	<i>Комбинированные</i>
Эстафеты, в которых выполняется <u>одно задание</u> (бег на определенное расстояние, ведение мяча, переноска предметов и т.д.)	Эстафеты, в которых выполняется <u>два и более заданий</u>
Задания, включенные в эстафету, выполняются следующим образом: • заранее обусловленным способом, что применяется при повторении и закреплении пройденного материала; • произвольным способом, когда участникам дается право выбора наиболее рационального или удобного для них варианта.	

3. **ПО СПОСОБУ ОРГАНИЗАЦИИ**, пути перемещения участников эстафеты подразделяются на:

<i>Линейные</i>	<i>Круговые</i>	<i>Встречные</i>
Команды строятся в колонну или шеренгу и движутся до противоположного пункта и обратно (челночным способом) или выполняют задание по цепочке (например, передача мяча на месте с поочередным перемещением игроков);	Эстафеты, в которых или сами игроки перемещаются по кругу, или команды строятся в круг и, стоя на месте, передают эстафету по цепочке (движение идет в одну сторону),	Эстафеты, в которых половина участников каждой команды располагается на противоположной стороне площадки, и перемещение игроков или передача эстафеты идет навстречу друг другу.

4. Эстафеты группируются **ПО ВИДАМ УПРАЖНЕНИЙ**:

гимнастические, легкоатлетические, лыжные, с элементами спортивных игр и т.д.	тематические (сюжетные)	комические	серия различных упражнений, и каждый игрок или группа участников выполняет свое персональное задание.
---	-------------------------	------------	---

5. **КОМАНДУ-ПОБЕДИТЕЛЯ** в эстафете определяют следующие показатели:

<i>Быстрота выполнения заданий.</i>	<i>Точность или качество их выполнения</i>	<i>Комплексная оценка</i>
Результат фиксируется: • по последнему участнику; • по каждому участнику отдельно, а затем по общей сумме очков, завоеванных командой.	В этом случае действует очковая система — выигрывает команда, допустившая наименьшее число ошибок.	Необходимо выполнить задания не только быстро, но и качественно, с соблюдением установленных правил, так как за каждую ошибку команде начисляются штрафные очки, для чего заранее определяется “стоимость” возможного нарушения (в секундах или очках).