

Эстафета в лагере

Эстафета – это весёлые соревнования, которые представляют возможность создать хороший командный дух и сотрудничество.

Эстафета

по характеру перемещений:

- линейные
- круговые
- встречные

по количеству включаемых заданий:

- простые
- сложные

по способу действий:

- коллективные
- индивидуальные

по требованиям к заданиям:

- регламентированные
- произвольные

Примерные названия эстафет:

- «Сказочные эстафеты»
- «Зоологические забеги»
- «Веселые финиши»
- «Молодецкие забавы»
- «Школа безопасности»
- «Королевство
волшебных мячей»
- «Юные пожарники»

Чёткие знаки для начала
эстафет:

«к линии», «в ряд»

Для окончания эстафет:

СВИСТОК

Для тишины: **поднятая рука**



Язык жестов:
взмах рукой
означает «пошли»



Для эстафет, где передается эстафетная палочка или другой предмет, используйте передачу из правой руки в правую руку, чтобы получить предмет или коснуться другого участника. Это обеспечивает пространство для бега для всех команд.

Спланируйте маршрут эстафеты, чтобы у игроков было достаточно места, когда они быстро бегут назад.

