**Консультация**

**Тема:** «**Эстафета- действенный способ формирования и развития координационных способностей дошкольников.**

**Инструктор по физической культуре: М.ВСпасенко**

Уровень координационных способностей очень хорошо формируется в дошкольном возрасте. Самый легкий, интересный и простой в исполнении способ для этого-эстафеты, которые можно применять в любой возрастной группе, в группе с различной физической подготовленностью и любой численностью. Эстафеты – действенный способ проводить и занятия и прогулку плодотворно, интересно, творчески, соблюдая возрастные, физиологические, психолого – педагогические нормы. Для больших групп, встречные эстафеты самые действенные. С помощью эстафет можно научить детей очень многому. Ведь существуют эстафеты с предметами и без них, с индивидуальным заданием для каждого участника, комбинированные, «зоологические забеги», сказочные эстафеты (каждый участник – сказочный герой, выполняющий свое задание, например: канатоходец Тибул, Лиса Алиса и Кот Базилио; Змей Горыныч и т.д.) Нужно только грамотно подобрать их. Помимо физического развития, формирования двигательных умений и навыков эстафеты решают множества других задач, среди которых можно выделить следующие:

- учить детей работать и взаимодействовать в группе;

- развивать чувство товарищества и взаимопомощи;

- помогать ощущать себя значимой частью команды, от которой зависит победа;

- развивать здоровое чувство соперничества, желание победить; сопереживать друг другу и сопернику при неудаче;

- учить внимательно слушать и выполнять требования педагога.

Приведу пример только нескольких эстафет, подходящих по своему содержанию для разных возрастных групп детей.

Белка, несущая орех.

Оборудование: по одному небольшому мячу и обручу для каждой команды.

Описание. Каждую команду необходимо разделить поровну и выстроить друг против друга. Посередине положить обруч. Мячик находится у первого участника. По сигналу он добегает до обруча, кладет в него мяч, бежит до противоположной части своей команды и передает эстафету касанием руки. Следующий игрок добегает до обруча, поднимает мяч, бежит до противоположной части своей команды и отдает мяч следующему участнику. Так продолжается до тех пор, пока команды не поменяются местами.

Спортивная ходьба.

Описание. Команды делятся поровну и выстраиваются друг напротив друга. По сигналу игрок идет к противоположной команде, приставляя пятку одной ноги к носку другой.

Переправа.

Оборудование. 2 обруча для каждой команды.

Описание. Каждая команда делится на две равные части. Одна часть остается на линии старта, а вторая на поворотной отметке. Обручи кладутся на пол у линии старта, впритык друг к другу. По сигналу игрок запрыгивает в первый обруч, перешагивает во второй. Затем переставляет первый обруч, перешагивает в него, снова переставляет обруч и перешагивает в него и т .д. Когда он дойдет до поворотной отметки, перешагивая и переставляя обручи, он выпрыгивает из него. Его место занимает другой игрок и все повторяется до тех пор, пока все игроки не переправятся на противоположный «берег». Главное условие: нельзя наступать на пол за предметами обручей.

Локомотив.

Описание. Первый игрок от линии финиша бежит к старту, где стоят остальные игроки, берет за руку очередного игрока и возвращается с ним на линию финиша. Сам остается, а второй игрок бежит за третьим, приводит его и т.д.