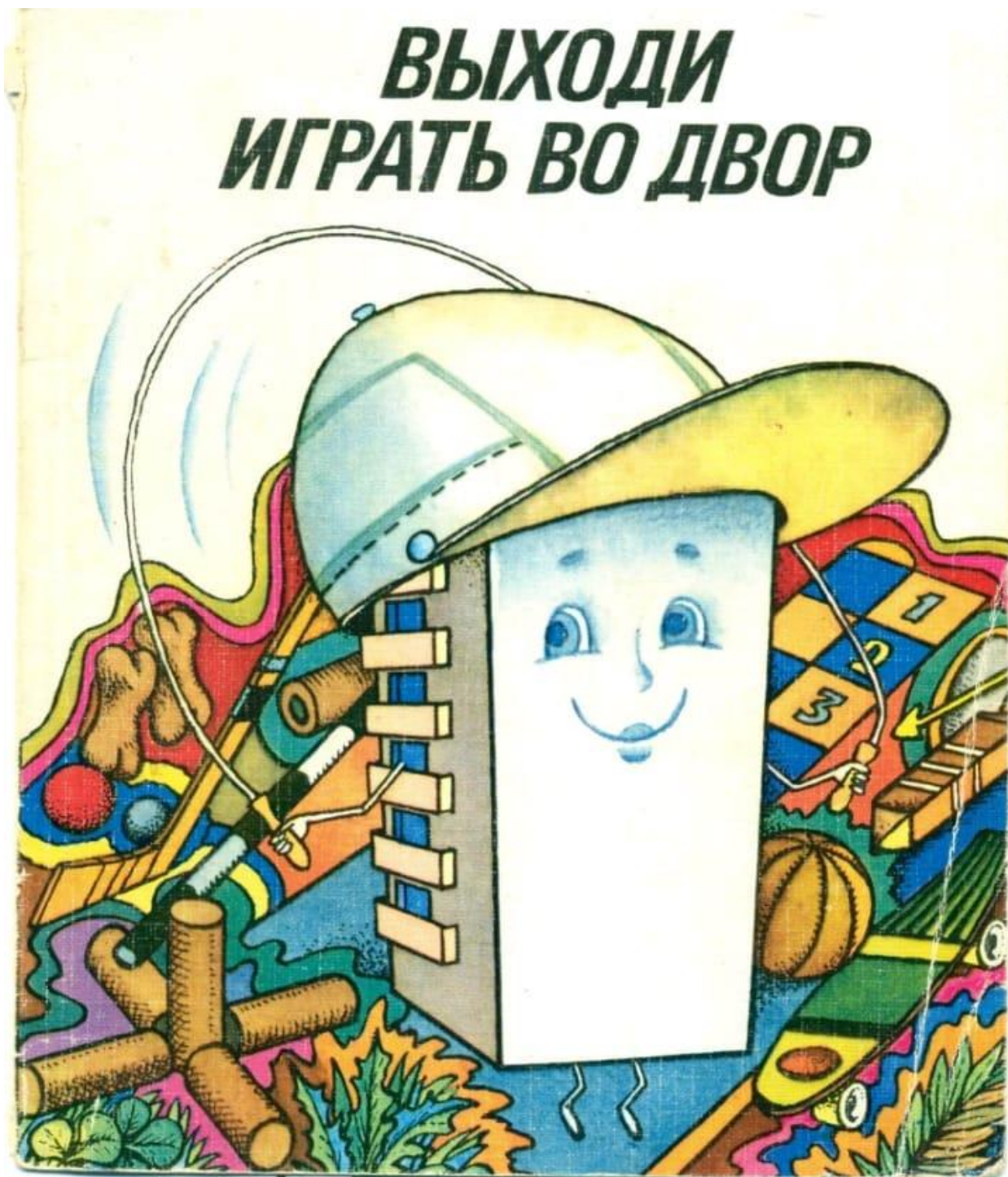


Государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ставропольский государственный педагогический институт»
Факультет искусств и физической культуры
Кафедра физического воспитания и адаптивной физической культуры

Студенческий проект



Ставрополь, 2024 г.

Сборник включает материалы студенческого проекта, посвященного Году Семьи «Выходи играть во двор» на основе проектно-исследовательской деятельности студентов 3 курса психолого-педагогического факультета под руководством Моргун Ирины Николаевны, доцента кафедры физического воспитания и адаптивной физической культуры ГБОУ ВО СГПИ.

В современном мире, где правят развлекательные интернет-технологии, физическим упражнениям, подвижной и спортивной игре не так просто найти своего участника. Решение задач воспитания здоровой личности в двигательном-игровом пространстве требует личностно-значимых форм коммуникации, соответствующих методов, обеспечивающих активную позицию ребенка. Студенты 3 курса психолого-педагогического факультета ГБОУ ВО «Ставропольский государственный педагогический институт» в рамках изучаемой дисциплины «Методика физического воспитания детей дошкольного возраста» организовали фестиваль спортивно-игровых проектов «Выходи играть во двор». Идея фестиваля заключалась в представлении студентами методических разработок (проектов, моделей, планов-конспектов, алгоритмов, сценариев, мероприятий) по организации физкультурно – оздоровительной работы с детьми младшего и дошкольного возраста. Отмечается интерес студентов к теме фестиваля и высокий уровень вовлечённости в представленном проекте.

Фестиваль спортивно-игровых проектов «Выходи играть во двор»

Цель:

Разработать спортивно-игровой проект любой направленности (оздоровительной, экологической, познавательной, краеведческой) для разновозрастной категории с целью его реализации на одной из детских площадок микрорайона г. Ставрополя.

Задачи:

- формирование устойчивого интереса к спортивным играм и играм с элементами спорта, дворовым играм, игровым упражнениям, русским народным подвижным и казачьим играм;
- обогащение двигательного опыта детей новыми двигательными действиями;
- создание разновозрастного взаимодействия с целью стимулирования двигательной активности детей;
- формирование навыков игрового взаимодействия со сверстниками (настольно-печатные игры, коммуникативные игры, индивидуальные и дидактические задания, сюжетно-ролевые игры);
- воспитание положительных морально-волевых качеств;
- формирование навыков здорового образа жизни;
- развитие познавательной активности; - формирование коммуникативных способностей;
- удовлетворение потребности в активном, осознанном участии детей и взрослых через разнообразные формы совместной деятельности (беседы, конкурсы, викторины, спортивные соревнования, развлечения, игровые задания, рисование на асфальте).

**Болоцких Алина,
Горбачева Татьяна,
Давидян Мари,
Коваленко Карина**

Дорогие друзья!

Сегодня мы собрались здесь, чтобы вместе отпраздновать движение, радость и дружбу на нашем спортивно-игровом фестивале "Выходи играть во двор!".

Этот фестиваль - особенный! Он объединяет поколения, в нем могут участвовать и самые юные спортсмены, и опытные атлеты, и их родители, и дедушки с бабушками!

Мы хотим, чтобы каждый участник чувствовал себя комфортно и расслаблено, и получил массу позитивных эмоций. Неважно, как вы двигаетесь, важно двигаться вместе!

Сегодня мы будем смеяться, соревноваться и поддерживать друг друга. Помните, главное - это не победа, а участие и веселое времяпрепровождение!

Желаем всем участникам фестиваля удачи, ярких моментов и отличного настроения!

Пусть наш фестиваль «Выходи играть во двор!» станет ярким праздником спорта и дружбы! Мы представляем проект «Волшебный лес»

Цель фестиваля:

1. Создать пространство для активного семейного отдыха и общения.
2. Объединить поколения через совместные игры и развлечения.
3. Поощрять здоровый образ жизни и активный отдых.

Место проведения:

Парк, стадион, площадь, детская площадка или другое открытое пространство.

Возраст участников:

Все желающие, независимо от возраста и физической подготовленности.

Оформление:

1. Украшение площадки элементами сказок (плакаты, шары, фигурки).
2. Использование сказочной музыки.
3. Костюмы сказочных персонажей для организаторов.
4. Элементы сказочных костюмов для участников фестиваля.

Этапы фестиваля:

I. Этап: «Волшебный Лес» (игры с малой подвижностью, игры на знакомство)

1. «Знакомство в сказочном лесу».

Участники делятся на небольшие группы и придумывают название своей сказочной команде.

2. «Сказка в рисунке».

Каждая команда рисует свой сказочный портрет на большом ватмане, создавая общую сказочную картину.

3. «Сказка в стихах».

Каждая команда придумывает девиз своей сказочной команде.

4. «Сказочная викторина»: Ведущий задает вопросы о сказках, а участники отвечают на них.

- 1) Он исчезает по-английски.
Сначала хвост, потом живот.
Он исчезает, но улыбка остаётся.
Его зовут? (Чеширский кот)
- 2) Эта сказочная героиня
По полю пошла,
Денежку нашла.
Чаю наварила.
Гостей пригласила,
В паутину угодила. (Муха- цокотуха)
- 3) Захотел Кощей жениться
На красавице-девице
Не дала она согласие
И Случилось с ней несчастье
ЧТО ЗА ЧУДО ДЕВИЦА? (Царевна лягушка)
- 4) Этот сказочный герой
Самый красивый, воспитанный,
умный и в меру упитанный. (Карлсон)

II. Этап: «Замки и Чудовища» (игры с элементами соревнований)

1. «Поиск сокровищ»: Команды начинают искать «сокровища» (например, конфеты, медали) на территории площадки с помощью сказочных подсказок, которые получают после выполнения заданий.

2. «Сказка в движении»: Команды выполняют сказочные задания с элементами соревнования. Например:

Игра «Перенос колобков»

Цель игры: Перенести всех «Колобков» на «сковороду» быстрее соперников.

Материалы:

- Теннисных мячика («Колобки»)
- Два обруча («сковороды»)
- Две ложки

Подготовка:

- 1) Каждая команда выстраивается в колонну по одному на стартовой линии.
- 2) Напротив каждой команды, на расстоянии 5-7 метров, положить обруч («сковороду»).

Правила игры:

1. По сигналу первые участники каждой команды берут ложку и «Колобка» (мячик).
2. Удерживая «Колобка» в ложке, не придерживая его руками, игроки бегут к своей «сковороде».
3. Достигнув «сковороды», игрок должен аккуратно положить «Колобка» в обруч, не уронив его.
4. После этого игрок возвращается бегом к своей команде и передает ложку следующему участнику.
5. Игра продолжается до тех пор, пока все участники команды не перенесут «Колобков» на «сковороду».

Побеждает команда, которая первой перенесет всех «Колобков» на «сковороду», не нарушая правил.

Игра перетягивание «бочки с мёдом» (каната с картинкой) Винни-Пуха.

Цель: Познакомить с правилами игры. Развивать ловкость, выносливость, проявлять выдержку. Воспитывать волю и стремление к победе.

На площадке проводится черта. Играющие делятся на две команды и встают по обе стороны черты, держа в руках канат.

По сигналу водящего «Раз, два, три- начни!» каждая команда старается перетянуть соперника на свою сторону. Чья команда сумеет это сделать, та считается победительницей.

Правила игры. Начинать перетягивание каната можно только по сигналу. Команда, перешагнувшая черту, считается побежденной.

3. «Битва с драконом»: Команды в соревновательной форме метают «мячи» в «дракона» (надувной шарик с нарисованным глазом).

Цель игры: победить дракона, лопнув как можно больше шаров-драконов, за отведенное время.

Материалы:

- Надувные шарики (минимум 10 штук)

Подготовка:

1. Каждой команде выдать одинаковое количество «мячей» (можно использовать мягкие мячи, скомканные носки или газеты).

2. Распределить «драконов» по игровой площадке на разном расстоянии от стартовой линии.

Правила игры:

1. По сигналу команды начинают метать свои «мячи» в «драконов», стараясь их лопнуть.

2. За каждого лопнутого «дракона» команда получает одно очко.

3. Игроки могут подбирать «мячи» и использовать их повторно.

4. После того, как «дракон» лопнул, игрок, поразивший его, бежит в конец строя.

5. Игра продолжается в течение определенного времени (например, 5 минут).

4. «Сказочная эстафета»: Команды участвуют в различных сказочных эстафетах.

Игра «Полет на метле Бабы Яги».

Цель игры: Пролететь на «метле» Бабы Яги быстрее команды соперников.

Материалы:

- Две швабры или метлы («метлы Бабы Яги»)
- Два обруча

Правила игры:

1. По сигналу первые участники каждой команды «седлают метлу» (берут швабру между ног), и «летят» к своему обручу.

2. Добежав до обруча, игрок должен оббежать его.

3. Затем он «летит» обратно к своей команде и передает «метлу» следующему участнику.

4. Игра продолжается до тех пор, пока все игроки команды не пролетят на «метле»

Побеждает команда, участники которой первые пролетят, не нарушая правил.

III. Этап: «Сказочная Страна» (подвижные игры с высокой активностью)

Игра «Переправа через реку».

Цель игры: Переправиться через «реку» (скакалку), не «замочив ног», то есть не задев скакалку.

Материалы:

- Две длинные скакалки («река»)
- Правила игры:
 1. По сигналу первые игроки из каждой команды начинают переправу.
 2. Они должны перепрыгнуть сначала через первую «реку» (скакалку), не задев ее, а затем через вторую.
 3. Добежав до противоположного «берега», игроки возвращаются обратно к своей команде, снова преодолевая две «реки».
 4. Как только первый игрок возвращается в свою команду, стартует следующий участник.
 5. Игра продолжается до тех пор, пока все участники команды не переправятся на другой «берег» и обратно.

В игре побеждает та команда, которая завершила переправу первой.

Игра «Поймай злодея».

Цель игры:

Для супергероев: Поймать злодея, передавая друг другу «улику».

Для злодея: Увернуться от супергероев и продержаться с «уликой» определенное время (например, 1 минуту).

Материалы:

Мяч или другой безопасный предмет, обозначающий «улику», которую нужно передавать.

Один злодей: Выбирается считалкой или по жребию.

Остальные игроки – супергерои.

Ход игры:

1. Начало: Злодей получает «улику» и становится в центр игровой зоны. Супергерои окружают злодея.
 2. Погоня: Супергерои стараются осалить злодея, не применяя грубой силы. Злодей уворачивается и пытается продержаться с «уликой» оговоренное время.
 3. Передача «улики»:
 - Злодей может передать «улику» любому супергерою, бросив ее ему.
 - Если супергерой ловит «улику», он становится новым злодеем, а предыдущий злодей присоединяется к команде супергероев.
 - Если супергерой не ловит «улику», игра продолжается, и злодей остается прежним.
 4. Окончание игры:
 - Победа супергероев: Злодей пойман до того, как закончилось время.
 - Победа злодея: Злодей продержался с «уликой» отведенное время.
- IV. Этап: «Волшебный Сон» (игры с малой активностью или хороводные игры)
1. «Хоровод дружбы»: Все участники встают в круг и исполняют хоровод с простыми движениями и песнями.
 2. «Сказочный подарок»: Каждая команда получает подарок от «сказочного леса» (например, конфеты, медали, магниты).

Ожидания от спортивно-игрового фестиваля «Выходи играть во двор!»:

- Позитивные эмоции и заряд бодрости: фестиваль должен стать ярким и запоминающимся событием, которое подарит всем участникам чувство радости, веселья и ощущение единения.
- Активный отдых и движение: фестиваль поощряет здоровый образ жизни, привлекает людей к спорту и активному отдыху, показывая, что двигаться может каждый, независимо от возраста и физической подготовки.
- Новое знакомство с видами спорта и игр: фестиваль даёт возможность участникам познакомиться с разнообразными видами спорта и игр, которые могут стать их новым хобби.
- Общение и укрепление семейных связей: фестиваль предоставляет возможность для родителей и детей, дедушек и бабушек совместно провести время, укрепить семейные связи и создать новые воспоминания.

**СПОРТИВНО-ИГРОВОЙ ФЕСТИВАЛЬ
"ВЫХОДИ ИГРАТЬ ВО ДВОР!"**

ДН-22-О-2

Цели:

- 1. УКРЕПЛЕНИЕ СЕМЕЙНЫХ СВЯЗЕЙ: СОВМЕСТНЫЕ ИГРЫ И СПОРТИВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ УКРЕПЛЯЮТ СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ И СОЗДАЮТ НОВЫЕ ВОСПОМИНАНИЯ;**
- 2. ПЕРЕДАЧА ОПЫТА: СТАРШЕЕ ПОКОЛЕНИЕ МОЖЕТ ПОДЕЛИТЬСЯ СВОИМИ ЗНАНИЯМИ И НАВЫКАМИ В ТРАДИЦИОННЫХ ИГРАХ, А МОЛОДОЕ ПОКОЛЕНИЕ - ПОЗНАКОМИТЬ СТАРШИХ С СОВРЕМЕННЫМИ ИГРАМИ И СПОРТИВНЫМИ РАЗВЛЕЧЕНИЯМИ;**
- 3. СОВМЕСТНЫЙ ОТДЫХ: ДЕТИ, РОДИТЕЛИ, БАБУШКИ И ДЕДУШКИ МОГУТ ВМЕСТЕ ИГРАТЬ В ЛЮБИМЫЕ ИГРЫ, УЗНАВАТЬ НОВЫЕ И НАСЛАЖДАТЬСЯ ОБЩЕНИЕМ В НЕПРИНУЖДЕННОЙ АТМОСФЕРЕ.**

Маршрут



**Василевич Ирина,
Вдовина Дарья,
Дьяченко Виктория,
Зими́на Ксения,
Кузнецова Алена**

«ПУТЕШЕСТВИЕ НА ЛУНУ»

К нам пришёл странный гость и просит о помощи

- Ребята, я свалился с луны и оказался в этом странном месте и вот незадача, моя ракета сломалась, а мне очень надо домой. Вы мне поможете? (Незнайка)

- Давайте поможем таинственному незнакомцу. Ты, кстати, не представился.

- Да что же, вы меня не узнали? Незнайка я! А вот вас я никого не знаю.

Игра на знакомство.

Все участники становятся в круг лицом плечом к плечу. Водящий идет по внешней стороне круга и задевает одного из играющих. Водящий и играющий, которого задела, бегут в разные стороны по внешней стороне круга. Встретившись, дети пожимают друг другу руки, говорят: «Здравствуй» – и называют свои имена. Потом они бегут дальше, пытаются занять свободное место в кругу. Тот, кто остался без места, становится водящим.

- Ну вроде всех запомнил. С таким количеством помощников мы точно справимся. С чего начнём? (Незнайка)

Все мы знаем, чтобы отправиться на луну, нужно быть сплочёнными. И сейчас мы вам предлагаем поиграть в игру именно на это качество

«Индикатор»

У вас есть 4 типа движений: руки вверх, присесть, сойтись в центр, разойтись по стенам. Ваша задача, чтобы максимальное число людей сделали одно и то же. Потом отнимаем голос. Потом - жесты. Потом - мимику и многозначительные взгляды.

«Срезалки»

Собирают слово «станция» и бегут к месту с этой надписью, там будут загадки, где за каждую отгадку они получают кусочек не достающего пазла (чтобы не схитрили и не побежали сразу собирать – пазлы не все)

- Ухты ракету мы собрали, но почему она не летит? Надо скорее её запустить!

- Подожди, Незнайка, нельзя так сразу на луну отправляться, надо подготовиться к полёту. Вы прибыли на «Ракетную станцию», для того чтобы вам перейти на следующую станцию, нужно отгадать загадки, за каждый правильный ответ вы получите кусок пазла

Про Незнайку:

1. В синем шляпе, в голубом костюме,

Любит шутить, но не всегда в тему.

Кто он, скажи, ты знаешь ответ,

Кто это ребята? Ответ Незнайка

2. В ночном небе она сияет,

Свет отражает, в темноте звенит.

Что за круглый яркий друг,

В ночь нам светит свысока из-за туч? ответ: Луна

3. В космос летит, быстрая, как стрела,

Звезды считать ей не по силам, но дела.

Что за машина в небе летит,

В звездном пути свою песню поет? Ответ: Ракета

Молодцы вы добрались до станции «Сбор Ракеты»

Для того что бы отправиться на луну, нужен транспорт, а именно Ракета. На этой станции вам необходимо ее собрать. У вас уже есть некоторые части Пазла из них вам необходимо собрать нужную вам ракету, для полёта на Луну

Комплекс упражнений, как подготовка к полёту и как раз разминка перед игрой.

ВЕРЁВОЧКА

Для проведения этой игры возьмите верёвку и свяжите её концы так, чтобы было образовано кольцо. (Длина верёвки зависит от количества участвующих в игре ребят.)

Ребята встают в круг и берутся двумя руками за верёвку, которая находится внутри круга. Задание: "Сейчас всем надо закрыть глаза и, не открывая глаз, не выпуская из рук верёвку, построить треугольник". Сначала возникает пауза и полное бездействие ребят, затем кто-то из участников предлагает какой-то вариант решения: например, рассчитаться и далее строить треугольник по порядковым номерам, и затем руководит действиями.

Практика этой игры показывает, что обычно эти функции на себя берут лидеры. Игру можно продолжать, усложняя задачу, и предложить ребятам построить квадрат, звезду, шестиугольник.

Велосипед (это вместе идёт, как одна игра)

Участникам предлагается 4 (и более в зависимости от количества участников) конца лент, 2 конца связаны между собой, но сразу этого не должно быть видно, один ведёт к любому другому тренажёру и последний к так называемому велосипеду. На этом велосипеде предлагаем покрутить педали, чтобы выработать энергию и запустить ракету. Предлагаем участникам меняться.

Незнайка улетел на луну и предлагаем последнюю игру.

- Вот и улетел Незнайка, но посмотрите, что он оставил. Это настоящая звезда! Но она такая горячая, тяжело её держать в руках, скорее, передавайте друг другу быстро, чтобы посмотреть, но не обжечь руки!

Горячая картошка. *Игроки становятся в широкий круг и перебрасывают друг другу мяч. Задерживать его в руках нельзя: мяч — это горячая картофелина! Те, кто не смог удержать мяч в руках и дал ему упасть на землю, тоже превращаются в «картошек»: они идут в центр круга и садятся там на корточки. Остальные игроки время от времени их «окучивают», то есть прицельно бросают в сидящих мячом (лучше перед игрой договориться о силе удара). Картошке нужно поймать мяч с лёта — но вставать в полный рост нельзя, можно только подпрыгивать, не разгибая колен. Если поймать мяч удалось, картошка вновь встает в круг, а тот игрок, на чьем броске мяч был пойман, занимает ее место в центре.*

«Перед полётом» – комплекс упражнений



«Велосипед»

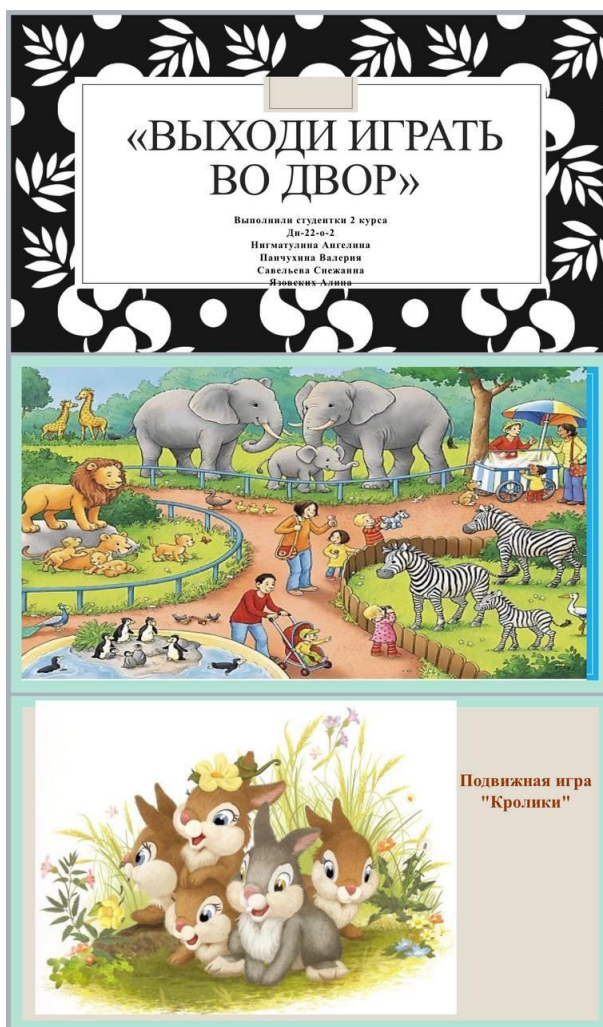


«Горячая картошка»



**Нигматулина Ангелина,
Панчухина Валерия,
Савельева Снежана,
Язовских Алина**

«Зоопарк»



Сегодня мы с вами побываем в маленьком зоопарке, он не очень знаменит и в нём не так много животных, но зато здесь очень и очень весело. Вы готовы?

Наш друг Колобок поможет нам познакомиться. Давайте станем в круг и Колобок будет перекатываться по ладошкам и узнавать имена.

И начнём мы с игры под названием "Кролики"

Подвижная игра «Кролики»

Ход игры: На одной стороне площадки мелом нарисованы круги (5— 6) — это клетки для кроликов. Перед ними ставятся дуги. На противоположной стороне — дом сторожа (стул, на котором сидит воспитатель). Между домом и клетками кроликов находится лужок, на котором кролики гуляют. Воспитатель делит всех играющих на группы по 3—4 ребенка. Каждая группа становится в один из начерченных на полу кругов. Дети присаживаются по указанию воспитателя на корточки (кролики сидят в клетках). Воспитатель подходит поочередно к клеткам и выпускает кроликов на лужок. Кролики один за другим проползают под дугой, а затем бегают и прыгают на лужайке. Через некоторое время воспитатель говорит: «Бегите в клетки». Кролики спешат домой. Каждый возвращается в свою клетку, проползая снова под дугой. Кролики сидят в клетках до тех пор, пока сторож снова не выпустит их гулять. Вместо дуги для подползания можно использовать положенную на стойки планку или натянутый шнур.

Мы замечательно повеселились, пора немного поразмышлять над викториной. Так как мы в зоопарке, придётся вспомнить названия животных и постараться ответить на все вопросы.

Итак, приступим:

Викторина:

1. У какого водного представителя много ног? (Осьминог)
2. Кто из животных носит сумку? (Кенгуру)
3. Как называют полосатую африканскую лошадь? (Зебра)
4. Как называют домашнее животное, которое царапается и любит сметану? (Кот)
5. Кто медленный и у неё есть панцирь? (Черепаха)
6. Какое животное любит бананы? (Обезьяна)
7. Животное с сотней колючек – это ... (Ёж)
8. Кого называют царь зверей? (Льва)
9. Какие трое животных в сказке построили себе 3 домика? (Три поросёнка)
10. Какая птица летать не умеет? (Пингвин)

Молодцы ребята, вы настоящие знатоки животного мира.

Мы с вами отдохнули, пришло время приступить ко второй игре.

Подвижная игра «Хитрая лиса»

Цель игры: формировать навыки двигательной активности детей, совмещая с познавательной-исследовательской, коммуникативной, с учетом безопасности жизнедеятельности.

Ход игры. Дети стоят в кругу. Воспитатель незаметно дотрагивается до любого ребенка во время проговаривания. «Хитрая лиса, где ты? Хитрая лиса, где ты? Хитрая лиса, где ты?» Игрок, до которого дотронулся воспитатель, отзывается: «Я здесь!» Дети бегут в рассыпную, «лиса» их догоняет. Снова включим нашу смекалку и отгадаем загадки. Конечно же о животных.

Бегемот.

Толстокожий, толстогубый,

А во рту четыре зуба.

если он раскроет пасть,

Можно в обморок упасть!

Белка.

Хожу в пушистой шубе,
Живу в густом лесу.
В дупле на старом дубе
Орешки я грызу.
Бобр.
Вот так звери!
Нор не роют,
Но зато плотины строят.
Все они одеты в шубы,
Инструмент не пилы – зубы.
Бурундук.
У него в полосках спинка,
Хвостик легкий, как пушинка.
Все запасы, как в сундук,
Прячет в дупла ...
Верблюд.
Как царя пустынь зовут?
У него спина горбата,
Потому что он ...
Волк.
В лесу зимой холодной
Ходит злой, голодный.
Он зубами щелк!
Это серый ...
Еж.
Лесом катится клубок,
У него колючий бок.
Он охотится ночами

За жуками и мышами.

Жираф.

Вот так ноги! Вот так шея!

Не видали мы длиннее!

Словно вышка между трав,

Возвышается ...

Зебра.

У лошадки рубашка –

В полоску, как тельняшка.

Конь есть конь, а не матрос.

Что за странность? Вот вопрос.

Кенгуру.

Кто-то в сумке носит спички,

Кто-то – важные вещички,

Кто-то – книжку и игру,

А детишек – ...

Ребята, мы с вами большие молодцы, здорово провели время, повеселились, набрались здоровья, энергии и позитива.

Пришло время прощаться. Давайте поблагодарим друг друга за сегодняшний день объятьями!

**Хачатурова Кристина,
Тверезовская Мия,
Разумец Дарья,
Ломтева Инна,
Сиротинцева Анна**

Сегодня, в нашем дворе необычный день. К нам в гости заглянул медвежонок. Но посмотрите, он выглядит грустным. Он потерялся и очень хочет поскорее вернуться к маме. Но медвежонок у нас не простой, а сказочный, поэтому мы должны с вами выполнить несколько заданий, чтобы чары спали, и мама-медведица смогла встретиться со своим медвежонком. Вы готовы? Тогда, давайте начинать.

Первая игра. «Запрещенное движение» — это динамичная и весёлая игра, которая прекрасно подходит для активного времяпрепровождения на открытом воздухе. Она развивает реакцию, внимательность, координацию и чувство юмора у детей. Правила игры: 1. Все игроки стоят на площадке, ведущий находится в центре. 2. Ведущий называет запрещенное движение (например, поднятая рука, хлопок, прыжок). 3. Игроки внимательно выполняют движения, пытаясь не угодить в ловушку ведущего. 4. Ведущий неожиданно показывает «Запрещённое движение!». 5. Игроки должны немедленно прекратить выполнять разрешённые движения и замереть, чтобы не выполнить "Запрещённое движение!". 6. Тот, кто выполняет "Запрещённое движение", выходит из игры. 7. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один игрок, который станет победителем.

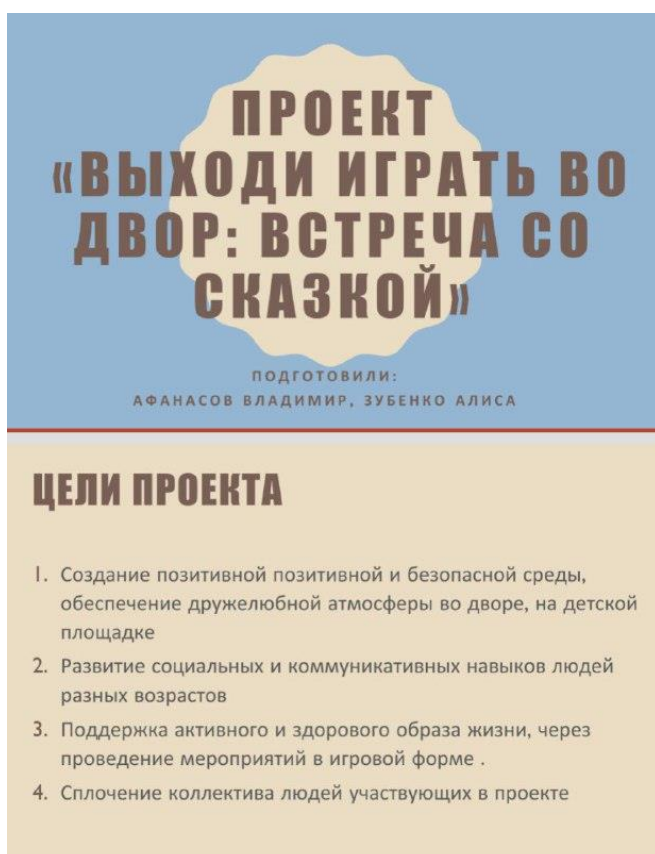
Вторая игра. "Эстафета с мячом" — это классическая командная игра, которая всегда пользуется популярностью среди детей. Она развивает скорость, ловкость, координацию, командный дух и спортивный азарт. Необходимые материалы: - Два мяча (размер должен соответствовать возрасту детей) - Две линии старта и финиша - Препятствия (можно использовать конусы, скамейки, обручи, кубики) Подготовка: 1. Разделить детей на две равные команды. 3. Установить линии старта и финиша на расстоянии 10-15 метров друг от друга. 4. Разместить препятствия между линиями старта и финиша. 5. Сообщить детям правила игры. Правила игры: 1. Команды выстраиваются на своих линиях старта. 2. Первый игрок каждой команды получает мяч. 3. По сигналу ведущего, игроки с мячом бегут к линии финиша, преодолевая препятствия. 4. На линии финиша игрок передает мяч следующему участнику своей команды. 5. Второй игрок возвращается к линии старта, бежит к линии финиша, передает мяч третьему игроку и так далее. 6. Команда, которая первой завершит эстафету, побеждает. Варианты игры: - Можно использовать разные способы передачи мяча (бросок, перекат, ведение, подбрасывание). - Можно изменять количество препятствий и их расположение. - Можно добавить дополнительные элементы в эстафету (например, прыжки через скакалку). - Можно сделать эстафету "смешанной" - включая в неё различные виды заданий, например, бег, прыжки и т.д.

Третья игра. "Выбивной" — это энергичная и веселая игра, в которой дети могут проявить свою ловкость, скорость реакции, координацию и командный дух. Необходимые материалы: - Открытая площадка - Мяч - Линия (можно использовать мел, веревку или конусы) Подготовка: 1. Определить линию, за которой будут стоять игроки. 2. Сообщить детям правила игры. Правила игры: 1. Все игроки встают за линию. 2. Один игрок (ведущий) выходит за линию и становится "выбивающим". 3. "Выбивающий" бросает мяч, пытаясь выбить игроков, стоящих за линией. 4. Игрок, которого выбили, выходит из игры. 5. Игрок, который поймал мяч, брошенный "выбивающим", становится «выбивающим». 6. Игра продолжается до тех пор, пока не останется один игрок, который и будет победителем. Варианты игры: - Можно изменить правила игры, например, ввести "защитников" - игроков, которые могут отбивать мяч от "выбивающего" и защищать свою команду. - Можно разделить игроков на команды и вести счет очкам, полученным за правильное выполнение заданий. - Можно добавить препятствия (конусы, скамейки, кубики), чтобы усложнить игру и сделать ее более интересной.

Четвертая игра. "Ручеек" - это веселая и простая игра, которая отлично подходит для детей всех возрастов. Она развивает координацию, ловкость, внимание и умение работать в команде. Правила игры: 1. Все игроки встают в две линии, лицом друг к другу, на расстоянии примерно одного шага. 2. Руки игроки держат за спиной. 3. Ведущий дает команду: "Ручеек!". 4. Игроки, стоящие друг напротив друга, берутся за руки и поднимают

их вверх, образуя "арку". 5. Остальные игроки, держась за руки, бегут по образовавшемуся "ручейку", проходя под арками. 6. Дойдя до конца "ручейка", игроки поворачиваются и бегут обратно, снова проходя под арками. 7. По сигналу ведущего: "Ручеек! Стоп!", все игроки останавливаются и опускают руки. 8. Ведущий командует: "Перемена!". 9. Игроки меняются местами в линиях, те, кто стоял в первой линии переходят во вторую, и наоборот. 10. Игра повторяется, игроки бегут в обратном направлении. Варианты игры: - Можно изменить правила игры, например, ввести "преграды" - игроков, которые стоят в "ручейке", не берутся за руки и не образуют арку. - Можно ввести дополнительные элементы в игру, например, задание бежать не держась за руки, а прыгая через "ручеек". - Можно использовать музыку для создания атмосферы веселья и добавить ритм игре. Заключение: Ребята, смотрите, к нам пришла мама-медведица. Ура, мы смогли это сделать! Теперь, наши друзья медведи могут вернуться домой. Вы все молодцы!

**Афанасов Владимир,
Зубенко Алиса**



Общий факт - ведущий говорит общий факт, такой как: цвет глаз или одежды, те встают и так несколько раундов.

Фанты – Бумажки с именами и бумажки с действиями распределены в 2 мешка/шапки, по очереди участники берут имя и действие, человек чье имя выпало делает действие, у кого кончатся имена быстрее, тот и победил.

Колобок – участники перекидывают друг другу мяч а ведущий говорит что-то съедобное или не съедобное, тот кто поймал не съедобное выбыл и так до последнего участника.

Эстафета - Иван царевич и Василиса Премудрая разбираются кто сильнее. Участники делятся на 2 команды и участвуют в эстафете.

Краски – русалке нужны краски, которые она загадала. Участники должны на перегонки побегать к русалке со словами «я монах в цветных штанах, дай мне этот цвет». Побеждают те, кто первый угадает цвет

Проверка меткости – Иван царевич предлагает посоревноваться в меткости. Участники должны забить мяч в ворота/попасть в кольцо

Путеводный клубок - окончание пути. Кот-Баюн даёт в руки самому маленькому из участников в руки клубок красных ниток со словами «Оставь себе конец нити, а клубок передай тому, с кем познакомился только сегодня или тому, с кем хочешь подружиться». Клубок передаётся до тех пор, пока все не окажутся держащими за одну нить.

ЗАДАЧИ ПРОЕКТА Слайд 2 из 6

- В игровой форме показать важность активного и здорового образа жизни
- Сплотить людей, помочь понять важность командной работы, когда девиз коллектива (в нашем случае жителей определенной территории) «один за всех и все за одного»
- Помочь в развитии социальных и коммуникативных навыков людей разного пола и возраста
- Создать позитивную атмосферу «возвращения в детство» для старшего поколения и «увлекательного приключения» для младшего

МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ



ПРОГРАММА

- «ОБЩИЙ ФАКТ»: ИГРА ЗНАКОМСТВО
- «ФАНТЫ»: ИГРА ДЛЯ ПОДНЯТИЯ НАСТРОЕНИЯ И БОЕВОГО ДУХА
- «ЧТО ЕДЯТ КОЛОБКИ?»: ИГРА НА ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ И ФАНТАЗИЮ
- «ПРЕМУДРЫЙ ТУРНИР»: КОМАНДНАЯ ЭСТАФЕТА ОТ ИВАНА-ЦАРЕВИЧА И ВАСИЛИСЫ ПРЕМУДРОЙ
- «СПАСЕНИЕ РУСАЛКА»: ИГРА НА ВНИМАНИЕ, ЛОВКОСТЬ И СКОРОСТЬ
- «ЛОВКОСТЬ РУК И НИКАКОГО МОШЕННИЧЕСТВА»: ИГРА НА МЕТКОСТЬ ОТ ИВАНА-ЦАРЕВИЧА

«Путешествие по островкам здоровья и спорта»

Добрый день, дорогие друзья! Сегодня мы хотим предложить вам вместе с родителями пройти интересный квест под названием «Путешествие по островкам здоровья и спорта».

Здоровье – это самая главная ценность человеческой жизни. Чтобы стать жителем этой страны, необходимо вести здоровый образ жизни, соблюдать правильный режим дня, питания и закаливания, любить спорт, не болеть, а если уж случится немного приболеть, суметь быстро вылечиться самому и помочь другим. Сегодня мы укрепим здоровье, поднимем настроение и хорошо проведем время в дружной компании.

Вам необходимо поделиться на 3 команды: придумать название и девиз. Всем командам будет необходимо проходить задания. На каждом острове вы будете зарабатывать баллы за прохождение заданий. Имейте в виду, что команда, быстрее всех справившаяся с заданиями, получит дополнительный балл, а у команды, нарушавшей дисциплину во время путешествия по островкам здоровья и спорта, баллы будут сниматься. В добрый путь! Хорошего вам путешествия и новых необходимых для дальнейшей жизни знаний!

Островок «Загадки»

Ребята, давайте проверим, насколько вы информированы в вопросах спорта и ЗОЖ. В жизни каждому полезны знания, а с ними спорт. И поэтому предложим вам отгадать загадки (каждый правильный ответ — 1 балл):

1. В этом мы играем зале. Надо рост большой иметь,

Чтоб противнику в запале гол мячом забить суметь. (Баскетбол)

2. Поможет мышцы рук развить, как встарь,

Резиновый спортивный инвентарь. (Эспандер)

3. Не пойму, ребята, кто вы? Птицеловы? Рыболовы?

Что за невод во дворе? – Не мешал бы ты игре,

Ты бы лучше отошёл, мы играем в... (Волейбол)

4. Он в хоккее играет ловко, олимпийский чемпион,

За армейскую команду выступал прекрасно он.

В ЦСКА он как маяк. Это Владислав... (Третьяк)

5. И в футболе, и в хоккее знает ту команду всяк,

Потому что та команда называется ... (Спартак)

6. Как называются состязания спортсменов? (соревнования)

7. Какие спортивные соревнования проводятся один раз в четыре года? (олимпийские)



Островок «Спортивный»

Командам необходимо выполнить следующие задания.

1 ЗАДАНИЕ: прыжки через скакалку за 30 секунд (необходимо набрать общее количество прыжков).

2 ЗАДАНИЕ: Прыжок в длину с места (общее количество метров).

3 ЗАДАНИЕ: Игра сороконожка. Ведущий одевает на всю команду гимнастический обруч. По сигналу группы «сороконожек» начинают движение к финишу. Финиш обозначен красным флажком. Выигрывает команда, пришедшая первой и не упавшая по пути.

4 ЗАДАНИЕ: Игра «Паровоз». Каждая выстраивается на старте колонной, в затылок друг другу. Впереди команды, на расстоянии 15 метров, ставится красный флаг. По сигналу ведущего первые номера бегут вперед к контрольному ориентиру, огибают его и снова бегут к своей команде. К первому номеру присоединяется второй, обхватив его за пояс, и теперь они бегут вперед вдвоем, потом к ним присоединяются третьи номера, четвертые и т. п. Выигрывает та команда, которая закончила соревнования первой

Островок «Народная мудрость»

Какие вы знаете известные пословицы и поговорки о здоровом образе жизни? (каждый ответ — 1 балл).

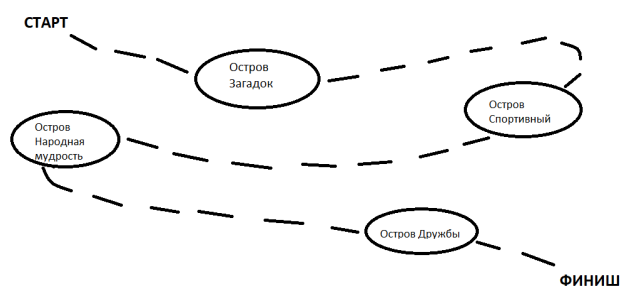
Реквизит: Листы бумаги со словами пословиц, поговорок о спорте и здоровье

1. Отдашь спорту время - взамен получишь здоровье.

2. Быстрого и ловкого болезнь не догонит.
3. Двигайся больше - проживешь дольше.
4. Закаляй своё тела с пользой для дела.
5. Кто на спорте экономит, тот здоровье не находит.
6. Береги платье снова, а здоровье смолоду!
7. В здоровом теле — здоровый дух!
8. Где здоровье, там и красота

Островок «Дружбы»

Игра «Охотники и утки» Играющие встают по кругу . Рассчитываются на первый - второй. Первые номера - утки - входят в круг. Вторые номера - охотники - остаются на месте. По сигналу судьи охотники бросают мяч, стараясь попасть в уток. Выбитая утка выходит из круга. Игра продолжается до тех пор, пока в кругу не останется ни одной утки. После этого команды меняются ролями.



**Дерябина Анна,
Окульская Кристина,
Ткаченко Валерия,
Хомутовская Анастасия**

«Ну, погоди!»

Здравствуйте! Мы хотим представить вам наш проект «Игра по мотивам мультсериала «Ну, погоди!»». Мы выбрали данный мультсериал для нашего квеста, потому что он отлично подходит для всех возрастов, как для детей, так и для взрослых. В начале нашей игры, каждая из команд тянет жребий, кто будет первый отвечать на вопрос. Если одна из команд

неправильно отвечает на вопрос или не знает ответа на него, то вопрос переходит следующей команде. Если команда отвечает правильно на вопрос, то она переходит на следующий уровень.

Перечень вопросов:

1. Что делает Заяц на балконе в первом выпуске "Ну, погоди!", когда мимо проходит Волк? (а. пьет чай с баранками; б. поливает цветы; в. делает зарядку);
2. Чью маску надел Заяц в новогоднем выпуске "Ну погоди!", чем очень рассмешил Волка? (а. Крокодила; б. медведя; в. Волка);
3. Какое очень современное действие выполняет Волк на стадионе в четвертом выпуске мультсериала? (а. создает мем; б. делает селфи; в. шлет воображаемое sms);
4. Какое животное было во главе спортсменов-зверюшек: Тюлень или Морж? (Морж.)
5. Однажды Волк и Заяц дружно действовали заодно. Что они делали?
а)Ели торт; б)Искали маму мамонтенка; в)Откачивали воду из трюма;
6. Была ли у Волка татуировка? (да)
7. Что пьют в мультфильме? А) Сидр; Б) Газировку в автомата; В) Кефир
8. Что у Волка в цветочек? А)Трусы; Б)Обои; В)Галстук
9. Какие штаны носил Волк? А) Клеи; Б)Бананы; В) Трубы
10. Что принёс Волк, когда пришёл в гости к Зайцу? А) Шарики; Б) Пиццу; В) Розы
11. Какой костюм надел Заяц на новый год? А) Снеговика; Б) Деда Мороза; В) Волка
12. Кому из героев мультфильма принадлежит фраза: «Ну, чумадан, погоди!» а)Зайцу;
б) Волку; в) Бегемоту
13. Во что превратились берёзовые почки? (В бананы)
14. Какие животные вылезли из воды следом за Волком? (Крокодильчики.)
15. Какие последние слова Волк произнёс Зайцу? («Ну-ну, Заяц, погоди!».)
16. Какую одежду скинул с себя Морж и бултыхнулся в воду? (Шубу.)
17. Во что превратились сосновые шишки? (В ананасы.)
18. Как волк потерял свой медальон?(в воздухе)
19. Как волк попал на корабль к зайцу?(догнал на лодке)
20. Где Заяц и Волк вместе одержали победу? (Олимпиада)

Также на нашем маршруте есть станции с заданиями.

Задание 1: Собери слово;

Задание 2: Бег в ластах (данное упражнение было в мультсериале);

Задание 3: Прыжки через скакалку на время;

Задание 4: Лабиринт;

Задание 5: Перетягивание каната.

Игра на финише: Волк и зайцы.

Правила игры: Один из играющих - волк, остальные - зайцы. На одной стороне площадки зайцы отмечают себе норки, где и находятся вначале игры. Волк находится на противоположном конце площадки – в овраге. Ведущий: «Зайки скачут, скок – скок – скок,

На зеленый, на лужок.

Травку щиплют, слушают,

Не идет ли волк!» Зайцы выпрыгивают из норок и разбегаются по площадке. Прыгают на 2 ногах, присаживаются, щиплют траву и оглядываются в поисках волка. Ведущий: «Волк!». Волк выходит из оврага и бежит за зайцами, стараясь их поймать, коснуться. Зайцы возвращаются в норки, где волк их уже не может настигнуть. пойманных зайцев волк отводит себе в овраг. После того, как волк поймает 2-3 зайцев, выбирают другого волка.

Правила: Зайцы выбегают при словах «Зайки скачут...» Возвращаться на места можно лишь после слова «Волк!».

Наш квест поможет сплотить детей и взрослых, провести весело время, укрепить взаимоотношения между членами семьи, развить логическое мышление и принести удовольствие от совместного времяпровождения.



**Аббасова Ирина,
Винокурова Алёна,
Жиркова Вера,
Склярова Дарья,
Фоменко Кристина**

Квест «Большое приключение: В поисках золотого ключика»

Ведущий: Приветствую вас, юные искатели приключений и взрослые любители тайн! Сегодня нас ждет интересное приключение! Но для начала, давайте познакомимся с тем, кто составит нам компанию в этом увлекательном путешествии! Кто это, вы узнаете, отгадав загадку:

У отца есть мальчик странный,

Необычный, деревянный,

На земле и под водой

Ищет ключик золотой,

Всюду нос сует свой длинный...

Кто же это?... (Буратино)

Ведущий: Буратино подготовил для вас настоящие сокровища. Но, к сожалению, он так торопился спрятать их, что потерял свой Золотой ключик. Без него мы не сможем открыть сундук с сокровищами.

Не волнуйтесь, мы не оставим Буратино в беде! Ключик можно найти, если выполнить несколько заданий и собрать карту, которая укажет путь к нему! Каждое задание – это небольшое испытание. Уверена, вы с ними справитесь. За правильное решение вы получите фрагмент карты, а когда соберёте её полностью, она приведёт вас к Золотому ключику и заветным сокровищам!

Готовы отправиться на поиски? Тогда вперёд, на встречу приключениям!

Ведущий: у меня в руках мяч. Он поможет нам с вами познакомиться и узнать друг о друге много интересного. Но у него есть свое правило: рассказывать о себе может только тот, у кого в руках он будет находиться. Становимся в круг и начинаем знакомиться!

Правила: Участники встают в круг и поднимают одну руку над головой. Начать игру может любой. Он бросает мяч любому другому игроку, отчетливо называя свое имя и интересный факт о себе, и опускает руку. Получивший мяч бросает его следующему (нужно стараться бросать мяч через круг, а не рядом стоящему), также называя свое имя, и опускает руку. Так продолжается до тех пор, пока мяч не побывает у всех игроков по одному разу (поднятые руки служат сигналом, что игрок еще не получал мяча).

Ведущий: Молодцы ребята! Вот мы и познакомились. Теперь можем начать наше приключение.

Станция 1. Черепаха Тортилла

Ведущий: У Черепахи Тортиллы есть первый фрагмент карты, но она уронила свои очки в пруд, а без них не сможет отдать карту. Помогите ей вернуть зрение, прыгая по кувшинкам в мешках!

(Дети прыгают по «кувшинкам» в мешках, находят очки. После задания Тортилла вручает фрагмент карты).

Ведущий: Молодцы, вы справились! Тортилла очень вам благодарна! Теперь у вас есть первый фрагмент карты. Продолжаем путешествие!

(Дети проходят ко второй станции)

Станция 2. Викторина от Мальвины

Ведущий: Мальвина, как известно, очень любит загадки! Второй фрагмент карты находится у неё, однако отдаст его она только после того, как вы поучаствуете в её викторине. Ответы

могут быть не такими простыми, как кажутся на первый взгляд!

(Дети разгадывают загадки Мальвины. За правильные ответы получают фрагмент карты).

Загадки викторины:

1. Стань-ка на снаряд, дружок.

Раз – прыжок, и два – прыжок,

Три – прыжок до потолка,

В воздухе два кувырка!

Что за чудо-сетка тут?

Для прыжков снаряд — ...(батут).

2. Очень трудно быть, не спорьте,

Самым метким в этом спорте.

Просто мчаться по лыжне,

То под силу даже мне.

Сам попробуй бегать день,

А потом попасть в мишень,

Лежа навзничь, из винтовки.

Тут нельзя без тренировки!

А мишень тебе не слон.

Спорт зовётся ...(биатлон).

3. У гимнастки тренировка.

Бегают девчонка ловко

Вдоль по узенькой дорожке,

Скачет на одной лишь ножке,

То вдруг сделает шпагат.

Это трудно, говорят,

Но так здесь заведено.

А дорожка та — ...(бревно)

4. Деревянных два коня

Вниз с горы несут меня.

Я в руках держу две палки,

Но не бью коней, их жалко.

А для ускоренья бега палками касаюсь снега. (лыжи)

5. Площадка. Посредине — сетка.

В команде капитаном — Светка.

И каждый ей подстать игрок.

В другой команде — Игорёк.

Он пятерых с собой привёл

Сыграть «партейку» в ... (волейбол)

6. Как называется мероприятие, где спортсмены соревнуются из разных стран? (Олимпиада)

7. Сколько олимпийских колец? (5)

8. Что надевают на руки в боксе и их две? (Перчатки)

9. Как метают молот? (На дальность)

10. С помощью чего мы катаемся по льду? (Коньки)

11. Какой промежуток времени между зимними олимпиадами? (4)

12. Какое количество игроков в волейбольной команде? (6)

13. Вид спорта, где надо ехать на лыжах и стрелять из винтовки, это ... (биатлон)

14. Прыгают ли женщины с трамплина в соревнованиях? (Да)

15. Каток заливают при температуре... (не выше 0) Что надо сделать перед тренировкой? (Растяжку)

16. Где зажигают олимпийский факел? (В Греции) Название покрова футбольного поля — ... (газон)

17. Как называют наказание в спорте? (Удаление)

18. Приз, который переходит в спорте, это... (кубок) Название теннисной площадки — ... (корт)

19. В какой стране проходили зимние олимпийские игры в 2014 году? (Россия)

20. Как называют танцора на льду? (Фигурист)

21. Как называют спортивный снаряд-животное? (Козёл)

22. Откуда начинается путь к финишу? (Со старта)

23. Этого не понадобится, если есть сила. Чего? (Ума)

24. Что используют как тяжесть для зарядки? (Гантелю)

25. Этот спортсмен ходит в сидячем положении. Кто? (Шахматист)

Ведущий: Отлично! Вы снова справились с заданием! Теперь у вас два фрагмента карты. Продолжаем путешествие!

(Дети проходят к третьей станции)

Станция 3. Ловушка лисы Алиса и кота Базилио

Ведущий: О нет, мы столкнулись с небольшой проблемой! Кот Базилио и Лиса Алиса украли фрагмент карты! Они спрятали его в своей хитрой паутинке! Пройдите через препятствия, не задев ни одной нити, и вы сможете вернуть ценный фрагмент!

(Дети проходят через паутину, избегая препятствий. Получают фрагмент карты).

Ведущий: Молодцы! Вы забрали карту! Теперь у вас три фрагмента! Остался еще немного до нашей цели!

(Дети проходят к четвертой станции)

Станция 4. Папа Карло и Джузеппе

Ведущий: Папа Карло и его друг Джузеппе предлагают вам размяться! Выполните веселые упражнения, и вы получите предпоследний фрагмент карты! Вперед, на разминку!

(Дети выполняют комплекс упражнений. После упражнений получают последний фрагмент карты).

Комплекс упражнений для головы, туловища. ног:

Ведущий: Отлично! Мы хорошенько размялись и теперь готовы играть!

Станция 5. Игры Сверчка

Ведущий: Сверчок очень хочет поиграть! Первая игра – «Невод».

(Двое или трое играющих берутся за руки, образуя «невод». Их задача — поймать как можно больше «плавающих рыб». Если «рыбку» поймали, то она присоединяется к водящим и становится частью «невода»)

Следующая игра – «Голова дракона»

(Играющие цепляются друг за друга как паровозик. По команде ведущего голова дракона – первый человек – пытается поймать хвост – последнего человека. Тот в свою очередь должен увернуться. Когда последний пойман, он переходит в начало цепочки.)

Ведущий: Спасибо Сверчку за развлечения, а теперь продолжаем искать карту!

Вот и почти все фрагменты карты собраны! Давайте сложим их вместе и посмотрим, что получится! Кажется, мы приближаемся к разгадке тайны Золотого Ключика. Давайте последуем за стрелочками на карты и найдем его.

Это успех. Мы наконец нашли золотой ключик.

Ключик найден, карта в руках,

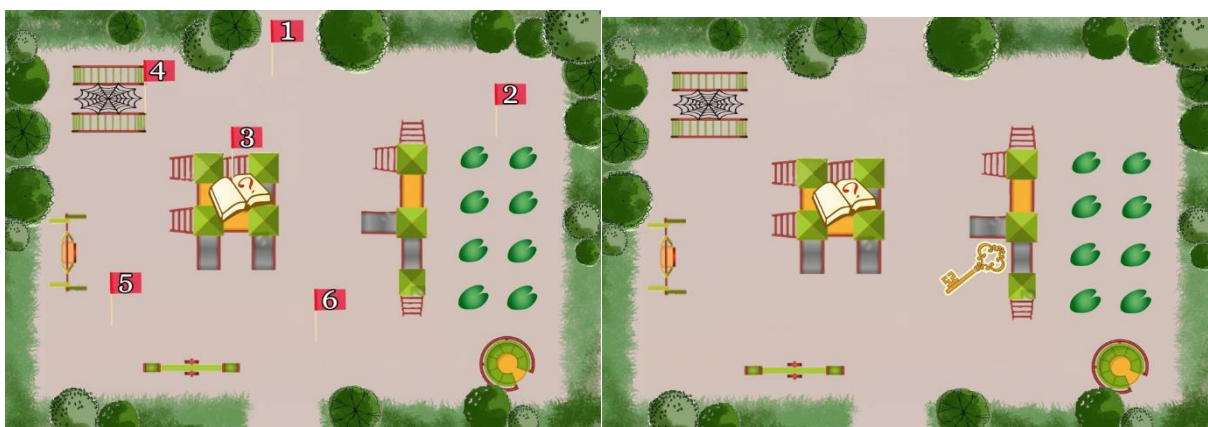
Впереди – долгожданный клад.

Но чтобы сундук отыскать,

К началу пути возвращайся назад.

(Участники возвращаются на самую первую станцию, станцию знакомства, находя там сундук)

Вот и всё! Наше приключение подошло к концу. Все отлично справились с заданиями и испытаниями, показав умение работать в команде и сотрудничать друг с другом. Давайте всегда сохранять этот настрой и положительные эмоции.



**Бадалян Виктория,
Булавская Светлана,
Васильченко Елизавета,
Кулешова Валерия,
Сыроежко Елизавета**

«О, спорт- ты мир!»

Сюжетная линия: «О спорт! Ты мир!» - впервые эти слова прозвучали в Стокгольме во время Олимпийских игр 1912 года. И с тех пор эта строка из «Оды спорту» стала девизом спортсменов планеты. Наш фестиваль проходит на территории легкоатлетического манежа в г.Ставрополе под девизом «Спорт, здоровье, дружба!». Станции (игры с элементами спорта)



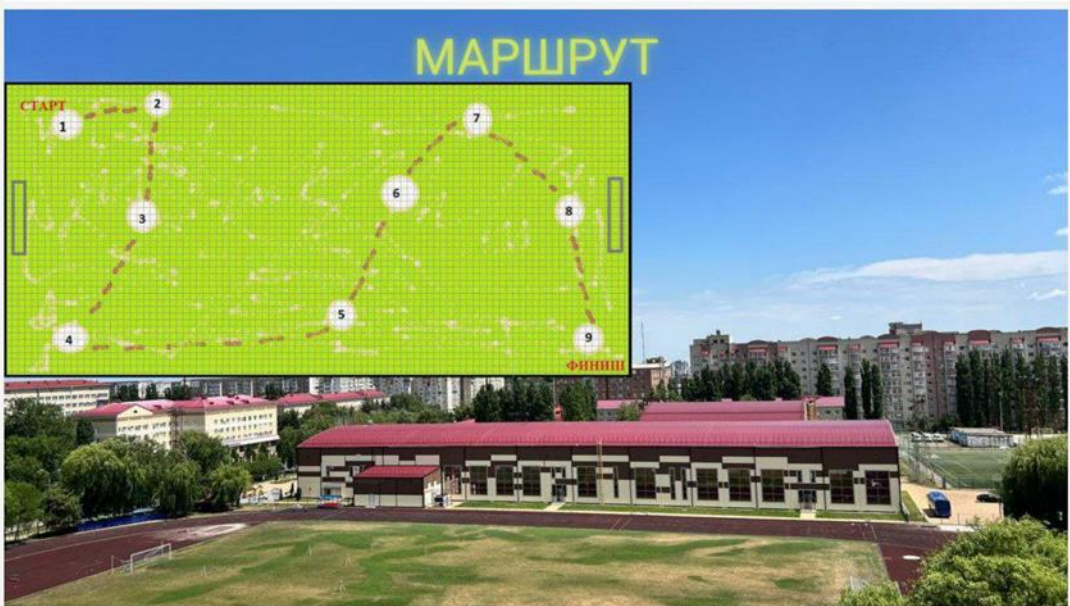
+7 (8652) 99-21-58



ул. Тухачевского, 18/2



stavathletics.ru



1 СТАНЦИЯ «СНАЙПЕР»

Ребята по очереди должны забросить мяч в корзину. Количество, попавших мячиков, записывается, как набранные баллы в маршрутный лист.

2 СТАНЦИЯ «ОТЖИМАНИЯ»

От каждой команды участвует каждый член команды. По сигналу один из учащихся начинает выполнять отжимания, в упоре лежа, таким образом, и все остальные участники команды. Засчитываются правильно выполненные попытки всей класс команды.

3 СТАНЦИЯ «МИННОЕ ПОЛЕ»

Команда выбирает две пары. Два участника с завязанными глазами должны пройти по минному полю и не подорваться, но руководить их движением должны другие два участника. Команда получает пять баллов если не подорвалась не на одной mine.

4 СТАНЦИЯ «ПРЫЖКОВАЯ»

Участвует вся команда. Первый участник прыгает, второй прыгает с места приземления первого; третий прыгает с места приземления второго и т.д. Выигрывает команда, которая дальше всех прыгнет. В протокол записывается результат команды в метрах.

5 СТАНЦИЯ «ЭСТАФЕТА»

Участвует вся команда. 3 этапа бега. На линию старта участники становятся по одному. Каждый участник, пробежав свой этап, передает эстафету следующему участнику. Система оценок: в маршрутном листе регистрируется общее время команды, затраченное на выполнение эстафеты.

4. Станции (совместная деятельность детей и взрослых)

1 СТАНЦИЯ «ЗАГАДОЧНАЯ»

Спортивные загадки

Металлических два братца,

Как с ботинками срослись,

Захотели покататься,

Топ! — на лёд и понеслись.

Ай, да братья, ай, легки! Братьев как зовут? (*коньки*)

По пустому животу

Бьют меня невмоготу;

Метко сыплют игроки

Мне ногами тумачи.

В него воздух надувают

И ногой его пинают. (*футбольный мяч*)

Лента, мяч, бревно и брусья,

Кольца с ними рядом.

Перечислить не берусь я

Множество снарядов.

Красоту и пластику

Дарит нам... (*гимнастика*)

Волшебные туфли

Наденешь на ноги —

И сразу помчишься
По зимней дороге. *(лыжи)*
В этом спорте игроки
Все ловки и высоки.
Любят в мяч они играть
И в кольцо его кидать.
Мячик звонко бьет об пол,
Значит, это... *(баскетбол)*
Мы не только летом рады
Встретиться с олимпиадой.
Можем видеть лишь зимой
Слалом, биатлон, бобслей,
На площадке ледяной –
Увлекательный... *(хоккей)*
На Олимпе в древнем мире
Греки поднимали гири,
Состязались в беге, силе,
Тяжести переносили.
И дарила им награды
Летняя... *(олимпиада)*
Посмотрите, я пловец!
Молодец и удалец!
И в бассейне я король -
Я владею стилем... *(кроль)*
Здесь команда побеждает,
Если мячик не роняет.
Он летит с подачи метко
Не в ворота - через сетку.

И площадка, а не поле

У спортсменов в... (*волейболе*)

Вот спортсмены на коньках

Упражняются в прыжках. И сверкает лед искристо.

Те спортсмены - ... (*фигуристы*)

2 СТАНЦИЯ «ОЛИМПИЙСКАЯ»

1. В какой стране зародились олимпийские игры? (Греция)
2. Как выглядит эмблема олимпийских игр? (пять переплетенных колец красного, черного, зеленого, голубого, желтого цветов)
3. В каком российском городе проходила олимпиада в 2014г? (Сочи)
4. В каком водном виде спорта наши спортсменки всегда занимают призовые места? (синхронное плавание)
5. Чем награждали олимпийского чемпиона в Древней Греции и чем награждают сейчас? (в древности – лавровый венок, сейчас – медали)
6. Назовите девиз олимпийских игр. (Быстрее, выше, сильнее)

3 СТАНЦИЯ «ПАНТОМИМА»

«Пантомима» (максимальная сумма - 5 баллов)

Выбираются 5 участников. Один получает карточку с названием вида спорта, а остальные 4 участника выходят из кабинета. Приглашается один из вышедших и ему первый участник показывает заданный вид спорта. Второй участник показывает третьему и т.д. Последний (пятый) показывает и называет заданный вид спорта.

4 СТАНЦИЯ «СОБИРАЛКА»

Команде выдаются слоги, которые надо сложить в предложения. (Здоровье в порядке – спасибо зарядке, В здоровом теле – здоровый дух).

ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

О спорт! Ты – мир! Ты устанавливаешь хорошие, добрые отношения между народами.

Ты – согласие.

Ты сближаешь людей, жаждущих единства.

Ты учишь молодежь разных национальностей уважать друг друга.

Ты - источник благородного, мирного, дружеского соревнования.

Ты собираешь молодость – наше будущее,

Нашу надежду – под свои мирные знамёна.

Наш фестиваль подошел к концу. Спасибо всем за внимание! До свидания! До новых встреч!

Кремлева Ксения,

Ржевская Елена,

Ширяева Марина

«Космическое путешествие»

Команда юных космонавтов отправляется в космическое приключение, чтобы исследовать разные планеты и собрать образцы инопланетных растений. (Дается карта)

1. Станция: Старт: здесь команда собирается и получает инструкции от своего наставника.

2. Станция: «Планетоход»- Прыжки через препятствия: юные космонавты должны перепрыгивать через различные препятствия, такие как конусы, скакалки и другие космические объекты.

3. Станция: «Только вперед» - Бег с препятствиями: команда должна пробежать между препятствиями, не задевая их.

4. Станция: «Захват планеты» - Метание мячей: участники бросают мячи в мишени, которые похожи на инопланетян

5. Станция: «Космический кафетерий» - Космонавты отдыхают и подсчитывают свои образцы за пройденные эстафеты .

6. Станция: «Заряд силы» - Силовые упражнения: команда выполняет различные силовые упражнения, такие как отжимания, подтягивания и приседания.

7. Станция: «Орбитальная гимнастика» -Упражнения на равновесие: космонавты выполняют упражнения на балансирование (проходят по скамейке)

8. Станция: «Финиш» -здесь команда собирает собранные образцы растений и возвращается на корабль.

Гладких Дарья

Народные игры – это естественная среда, в которой искусство переплетено с жизнью людей. Одно из эффективных, увлекательных и доступных для детей дошкольного возраста средство приобщения к национальной культуре.

Русские народные игры для детей дошкольного возраста являются естественной основой для успешного воспитания. В народных играх дети встречаются с замечательными мелодиями, исполненными подлинно –родным языком. Они приближают ребенка к прекрасному, порождают в сознании ребенка любовь к доброте, благородству, взаимовыручке. Они развивают ловкость, гибкость, силу, моторику, воображение, тренируют реакцию и координацию движений. Благодаря знакомству с русскими народными играми, мы сохраняем свои традиции, передаем будущему поколению, тем самым обеспечиваем духовное здоровье детей.

Цель проекта: Создание условий для формирования комплексного развития ребенка, его физических интеллектуальных и коммуникативно-личностных качеств через русскую народную игру.

Задачи проекта:

- обучать народным подвижным играм и совместным действиям;
- развивать физические качества: ловкость, равновесие, быстроту движений посредством русских народных подвижных игр;
- закреплять основные движения в ходе проведения русских народных подвижных игр;
- воспитывать любовь к родному краю, самостоятельность в принятии решений.

Проект включает три этапа:

I. Подготовительный этап:

- постановка цели и задач проекта;
- сбор материала;
- выбор оборудования;
- составление плана совместной деятельности с детьми и родителями.

II. Основной Этап:

- совместная деятельность с детьми и родителями.

III. Заключительный этап:

- обобщение результатов работы, их анализ;

- Оформление проекта.

Формы и методы:

- подвижные игры, малоподвижные игры, хороводные игры; чтение считалок, скороговорок; беседа.

Пронь Полина

«На верность казачеству»

Казачество и его культура имеют богатую историю, которая привлекает внимание многих людей. Казачьи игры — это не только развлечение, но и способ сохранения и передачи традиций и обычаев казачества.

В настоящее время казачьи игры становятся все более популярными и привлекают внимание не только казаков, но и людей других национальностей. Это связано с тем, что казачество является частью нашей истории и культуры, и многие хотят познакомиться с ней ближе. Казачьи игры представляют собой разнообразные соревнования, которые отражают особенности казачьей жизни и быта. Все эти игры не только развлекают, но и позволяют узнать больше о казачьей культуре и традициях.

Кроме того, казачьи игры способствуют развитию физических и моральных качеств участников. Они учат силе воли, выносливости, смекалке и справедливости. Казачьи игры также способствуют укреплению духовных связей между людьми и формированию чувства коллективизма и единства.

Казачьи игры не только позволяют окунуться в мир казачества и его традиций, но и способствуют развитию физических и моральных качеств участников. Казачьи игры — это не просто развлечение, а настоящее путешествие в историю и культуру казаков.

Квест-игра для детей и родителей «На верность казачеству»

Ведущий: Здравствуйте, ребята, и уважаемые родители! Мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Конечно же, мы не будем ставить рекорды, определять чемпиона и выбирать самых сильных и самых ловких. Я призываю вас к честной спортивной борьбе и желаю успеха всем!

Ведущий: Распределитесь на 2 команды, придумайте название своей команде и выберите атамана (капитана команды).

Ведущий: Команды, представьтесь! (*Представление команд*).

Ведущий: Ваша задача пройти все станции и набрать как можно больше баллов. Желаю всем удачи!

1 станция «Загадушка» (детская площадка)

Ведущий:

1. Погоны жёлтые, шашки острые,
Пики длинные, кони борзые,

Полям едут с песнями

Царю чести, а себе славы. *Казаки*

2. Какая обувь в огне изготавливается и с ног не снимается. *Подкова*
 3. На чужой спине едет, на своей груз везёт. *Седло*
 4. Шесть ног, две головы, один хвост. *Всадник на коне*
 5. Крепка, звонка да отточена. Кого поцелует, тот и с ног долой. *Шашка*
 6. Мал мужичок – костяная ручка. *Нож*
 7. Нос имеет, а глаз нет; едет, едет, а следа нет. *Лодка*
 8. Лохматый казак, посередке кушак, по двору ходит, порядок наводит. *Метла*
 9. Летала пташка промеж рта и чашки. *Ложка*
 10. В небе родился, в земле схоронился. *Дождь*
- Ведущий:** Молодцы, казачата!

2 станция «Оружейная» (стол)

Ведущий: На этой станции вам необходимо отобрать только оружие казака из предложенного набора.

Задание: из предложенного материала выберите только оружие казака. *Нагайка, пика, шашка, кинжал, булава*



3 станция "Казачья джигитовка с препятствиями" (спортивная площадка)

Ведущий: Ваша задача взять шашку (палку), оседлать коня (представить) и проскакать между препятствиями орудуя шашкой.

4 станция «Казачий костюм» (стол)

Задание: найти изображения одежды казаков, как мужчин, так и женщин. На то фото, где, как вы думаете, изображена казачья одежда - клеите стикер.



**«На верность
казачеству»**

**4 станция
«Казачий
костюм»
(стол)**

Ведущий: Для вас подготовлена фотовыставка казачьей одежды. Ваша задача - найти изображения одежды казаков, как мужчин, так и женщин. На то фото, где, как вы думаете, изображена казачья одежда - клеите стикер.

5 станция «Перенеси погон» (спортивная площадка)

Задание: Вам нужно положить погоны (спичечные коробки) на плечи и перенести их до ориентира, при этом не уронить, вернувшись в команду, передать следующему. Если же погон упадет с плеч, необходимо вернуться назад и пройти снова.



**«На верность
казачеству»**

**5 станция
«Перенеси
погон»
(спортивная
площадка)**

Ведущий: Предлагаю примерить погоны. Вам нужно положить погоны (спичечные коробки) на плечи и перенести их до ориентира, при этом не уронить, вернувшись в команду, передать следующему. Если же погон упадет с плеч, необходимо вернуться назад и пройти снова.

6 станция: «Закончи пословицу» (стол)

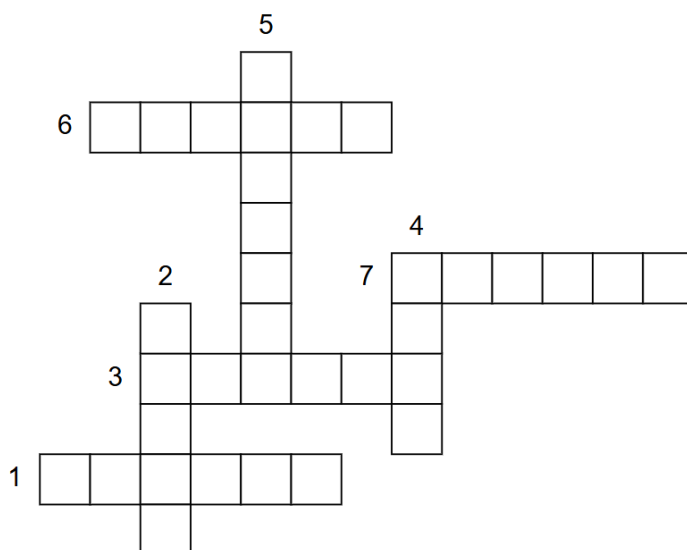
Ведущий: На столе лежат начала пословиц и их конец, вам необходимо правильно составить пословицы. Какая команда сделает быстрее, той начисляется балл. Удачи!

- Терпи казак,
- Где наше казачье
 - Была бы булава,
 - При войсковой булаве,
 - Секи меня сабля турецкая,
 - Казачьи песни слушать -
 - Без дела жить
 - Хочешь есть калачи
- атаманом будешь;
 - не пропадало;
 - будет и голова;
 - да при своей голове;
 - не бей боярская плеть;
 - мед ложкой кушать;
 - только небо коптить
 - не сиди на печи

7 станция «Меткие казаки» (спортивная площадка)

Ведущий: Команда строится в колонну по одному, на расстоянии от команды стоит атаман (командир) с шашкой (палкой). Каждый участник бросает кольцо, а атаман (командир) пытается поймать шашкой. Задача: забросить большое количество колец.

8 станция «Отгадай кроссворд» (стол) (для родителей)



1. Самый главный казачий праздник (Покров)
2. Колюще-режущее оружие казака (шашка)
3. Старший предводитель казаков (атаман)
4. Верный спутник казака (конь)
5. Плеть, средство управления лошадью (нагайка)
6. Головной убор казака (папах)
7. По имени этой реки часто называют Краснодарский край (Кубань)

9 станция «Хваталки» (спортивная площадка)

Ведущий: Команды выстраиваемся в шеренгу друг на против друга в 50-60 шагах. Вам необходимо по команде всем вместе добежать до предметов, взять их как можно больше и вернуться на место. Та команда, которая захватит больше предметов получит балл.

10 станция «Это я, это я, это все мои друзья!» (детская площадка)

Ведущий:

1. Казаками кто гордится,

Стать похожими стремится?

Дети хором: это я, это я, это все мои друзья!

Ведущий:

2. Кто со спортом дружит смело,

На все руки кто умелый?

Дети хором: это я, это я, это все мои друзья!

Ведущий:

3. Кто у нас играть не хочет

И под нос всегда бормочет?

Молчат.

Ведущий:

4. Кто усталости не знает,

Все задания выполняет?

Дети хором: это я, это я, это все мои друзья!

Ведущий:

5. Кто ленится и зевает,

Ничего не выполняет?

Молчат.

Ведущий:

6. Родом кто своим гордится,

Казачками стать стремится?

Дети хором: это я, это я, это все мои друзья!

Ведущий:

7. Кто не может веселиться,

Бегать, прыгать и скакать,

И с друзьями в мяч играть?

Молчат.

Ведущий:

8. Кто у нас в гостях сейчас

Отдыхает просто класс!

Дети хором: это я, это я, это все мои друзья!

Ведущий: Поздравляю всех участников игры.

Казак – свободный человек, ответственный гражданин, умелый хозяйственник, бесстрашный воин.

Желаю вам, казачатам следовать этим качества.

Ведущий поздравляет участников игры и вручает медали.



Актуальность проекта. В настоящее время нарушена межпоколенная преемственность передачи игрового опыта, большая часть игр наших родителей забыта. Ребенку будет интересно узнать о том, в какие игры играли мама и папа, бабушки и дедушки. При этом важно не только рассказать и научить играть, но и организовать детей на игру, поиграть вместе с ними. Кроме этого, и взрослым полезно будет познакомиться с разнообразием современных подвижных игр и научиться им от своих детей.

«Путешествие в прошлое»

Ведущий:

Где купить путёвку в детство?

Чтобы детям показать...

Как же было интересно

Во дворе толпой гулять.

Жгли костры,

Играли в прятки,

Пеленали всех котов.

Мы играли в наши игры –

В продавцов и докторов.

На скакалке мы скакали

И гоняли «лесaped».

Жаль, конечно, в наше время

Детство – это интернет!

Здравствуйте, ребята и уважаемые родители! Мы собрались здесь, чтобы посоревноваться в силе и ловкости, скорости и выносливости. Я призываю вас к честной спортивной борьбе и желаю успеха всем!

Ведущий: Распределитесь на 2 команды, придумайте название своей команде и выберите капитана команды.

Ведущий: Команды, представьтесь! (*Представление команд*).

Ведущий: Ваша задача успеть пройти все станции за 30 минут, какая команда первая пройдет и вернется ко мне, та и победила. Желаю всем удачи! Время пошло. Начинаем!

- А утром выйдет солнышко — и не найти ни зернышка!

Звезды

- Маленькое озеро, а дна не видать.

Чашка с молоком

- Изогнут, словно хвост петуха, зазубрен, словно зубы щуки.

Серп

- Две головы, шесть ног. А едет на четырех.

Всадник на коне

- Есть всегда у кораблей и, конечно, у людей.

Нос

- Без тела живет, без языка говорит, никто его не видит, а всякий слышит.

Эхо

- Чем больше отдаю, тем больше вырастаю. Величину свою отдачей измеряю.

Яма

- Узелок завязал, тебе не развязать.

Замок

«Путешествие в прошлое»

1 станция «Загадка-разгадка» (детская площадка)

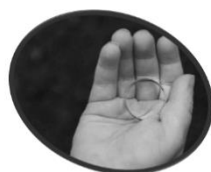
2 станция «Колечко, колечко, выйди на крылечко» (лавочка)

Ведущий: На этой станции вам необходимо выбрать водящего, который зажимает между ладонями кольцо. Остальные участники садятся в ряд и держат перед собой ладони, сложенные «лодочкой». Задача водящего — обойдя всех по очереди, отдать колечко кому-то так, чтобы другие участники не заметили, кто именно стал его обладателем. Затем водящий кричит: «Колечко-колечко, выйди на крылечко». Тот, у кого в руках оказалось кольцо, должен выбежать вперёд, а остальные участники — успеть его задержать.

Ведущий: ваша задача успеть задержать обладателя колечка. Не успели-станцию не прошли. Начинаем!

Задание: ваша задача успеть задержать обладателя колечка.

Не успели-станцию не прошли.



«Колечко, колечко, выйди на крылечко»



«Путешествие в прошлое»

2 станция «Колечко, колечко, выйди на крылечко» (лавочка)

3 станции " Тише едешь - дальше будешь " (спортивная площадка)

Ведущий: На земле нарисованы две полосы. Все игроки становятся у одной линии, водящий - у другой, повернувшись ко всем спиной. Водящий произносит: «Тише едешь - дальше будешь. Стоп!». В это время остальные игроки пытаются как можно дальше пробежать к финишу, но на слове «стоп» обязаны замереть в той позе – хоть и на одной ноге! - в какой застал их, обернувшийся водящий. Если он увидит движение игрока - тот выбывает из игры. Побеждает первый, добравшийся к финишу и дотронувшийся до водящего.

Ведущий: дорогие дети и их родители, вы все поняли? (отвечают)

Ведущий: тогда начинаем скорее! Время на исходе

Задание: как можно скорее дойти до финиша, ведь время прохождения квеста ограничено.



-Тише!



«Путешествие в прошлое»

3 станция «Тише едешь - дальше будешь»

(спортивная
площадка)

4 станция «Расколдуй меня, вороного коня» (спортивная площадка)

Ведущий: Сейчас вам нужно выбрать одного водящего. Все остальные участники разбегаются по площадке, а водящий их ловит. Тот, кого водящий коснулся рукой, останавливается, разводит руки в стороны и кричит:

- «Расколдуйте меня, вороного коня!»

Любой из игроков, коснувшись рукой, расколдовывает его.

Ведущий: Игра продолжается до тех пор, пока число заколдованных не будет больше половины. Вы готовы? Начинаем!

Задание: заколдовать как можно больше участников.



«Путешествие в прошлое»

4 станция «Расколдуй меня, вороного коня»

(спортивная
площадка)

5 станция «Вышибалы» (спортивная площадка)

Ведущий: На площадке очерчены 2 линии. Выбираются 2 человека, 2 вышибалы, остальные игроки собираются в центре между двух линий. Вышибалы встают за линии и кидают мяч в сторону друг друга, стараясь при этом попасть в игроков. Мяч, пролетевший мимо игроков, ловит второй вышибала, а игроки разворачиваются и спешно отбегают назад. Ведущий: ваша задача выбить 5 участников и тогда игра закончится.

Ведущий: вы всё поняли? Тогда скорее начинаем!

Задание: ваша задача выбить 5 участников и тогда игра закончится.



«Путешествие
в прошлое»

5 станция
Вышибалы»
(спортивная
площадка)

Ведущий: Наша игра подошла к концу, время вышло. Поздравляю всех участников нашей веселой игры.

Ведущий поздравляет команду победителей игры и вручает медали.

Наша игра подошла к концу, время вышло.
Поздравляю всех участников нашей веселой игры.



«Путешествие
в прошлое»

Галян Елена

Квест-игра для детей и родителей
«Казак из пригоршни напьётся, на ладони пообедает»

Ведущий: Распределитесь на 2 команды, выберите командира.

Ведущий: Здравствуйте, ребята и уважаемые родители! Мы начинаем игру «Казак из пригоршни напьётся, из ладони пообедает», чтобы показать свою удаль и силу, ум и честь, слаженность и братство, знание казачьих традиций, песен и танцев. Это поговорка, в

которой кроется смысловое значение. Что же это за значение? (ребята высказывают свое мнение).

Ведущий: В этой поговорке казаки раскрываются как люди, умелые, умеющие из подсобного материала изготовить все необходимое для жизни. До сегодняшнего дня предметы быта, изготовленные ручным способом, высоко ценятся и считаются народным достоянием. Активно возрождаются старинные виды рукоделия и ремесла.

Что же такое «ремесло»? Ремесло – это изготовление изделий ручным способом - Люди, которые занимаются ремеслом, называются ремесленниками. - А знаете ли вы, что означает слово «промысел»? Промысел – это добывание чего-либо, добыча, охота. - По словарю С.И.Ожегова: Промысел – мелкое ремесленное производство, подсобное занятие, при основном сельскохозяйственном. - Народное творчество кубанских казаков является очень значимой частью их духовной традиционной культуры.

Ведущий: Сегодня мы предлагаем вам поучаствовать в игре, где побывав на станциях, вы докажете, какие вы отважные, ответственные, как ваши предки.

На каждой станции вам будет дано практическое или теоретическое задание, за его выполнение в своих маршрутных листах вы будете зарабатывать баллы, по окончании прохождения станций мы подсчитаем ваши балы и объявим результаты игры.

Ребята, задание понятно? Тогда отправляемся на станции, переход со станции на станцию идет по часовой стрелке по общей команде ведущего. На каждой станции время ограниченно- 20 минут.

Станция 1. «Гарна дивчина» (детская площадка)

Раньше на Руси у женщины работы по хозяйству было непочатый край. С петухами вставать приходилось, чтобы за световой день с многочисленными обязанностями управиться. Воды в избе конечно же не было, приходилось к колодцу за ней идти, который иногда далеко от дома был. И вот брала женщина ведра, коромысло и отправлялась к колодцу. На картинах русских художников девушки с коромыслом на плече выглядели очень красиво. Казалось бы, играючи скидывали они на него тяжёлые ведра и плавной походкой спешили к дому. Однако на самом деле не так все просто было. Пройти даже небольшое расстояние, не окатив себя с головы до ног холодной водой было совсем непросто. По крайней мере, у современной молодежи это далеко не всегда получается. Тут нужна особая сноровка. Ведра наполнять надо до одного уровня, осанку держать, да поступь нужна в этом особая. Тогда и вода не прольётся и спина не устанет. Но вот интересно, для чего же всё-таки на Руси по воду именно с коромыслом женщине нужно было идти. Ведь гораздо проще просто взять в руки два ведра и нести. И быстрее это, и удобнее. Однако такой способ подходил только для мужчин. Когда им в редких случаях надо было самим сходить к колодцу, то никакое коромысло брать не требовалось. Данный предмет домашнего обихода был предназначен исключительно для женщин. Так почему же коромысло было так необходимо? Тут есть несколько объяснений. Во-первых, этот предмет был нужен исключительно с практической точки зрения. Так как за водой ходить надо было в любое время года, то зимой с ведрами в руках женщина просто не прошла бы среди сугробов. А летом пыль и грязь с просёлочной дороги налетела бы в ведра с питьевой водой, ведь путь-то был не близко от дома до колодца. Ещё одно объяснение тому, что поводу бабе надо с коромыслом идти, это то, что являлось оно своеобразным оберегом. По древним поверьям в озёрах и реках жили водяные и разная нечисть. И чтобы защититься от нее и брали женщины коромысло. Так же коромысло являлось символом отношений мужчины и женщины. И как должна была девица соблюдать баланс дабы не пролить воду при ходьбе, так и в отношении с мужем она должна помнить,

что условие баланса - это брак. А в нем обе половинки наполнены одинаково. И именно своей женской мудростью жена должна эту важную наполненность контролировать. Не случайно перед свадьбой невесте давалось испытание, когда должна была она к колодцу за водой сходить. И принести девушке надо было воды полные ведра, ни капли не пролив по дороге. А водицей этой родителей мужа напоить. Справится - будет хорошей женой, а брак крепким и счастливым. Может и сейчас надо это традицию ввести...

Задание: пройти по спортивному бревну (лавочке) с коромыслом и ведрами.

Критерии оценивания: пройти ровно, держа осанку, ведра не должны шевелиться.

Станция 1.
«Гарна дивчина»
(площадка №1)

Раньше на Руси у женщины работы по хозяйству было непочтатый край. С петухами вставать приходилось, чтобы за световой день с многочисленными обязанностями управиться. Воды в избе конечно же не было, приходилось к колодцу за ней идти, который иногда далеко от дома был. И вот брала женщина ведро, коромысло и отправлялась к колодцу. На картинах русских художников девушки с коромыслом на плече выглядели очень красиво.



Задание: пройти по спортивному бревну (лавочке)

Критерии оценивания: пройти ровно, держа осанку

Станция 2. «Бравый казак» (стол)

Виртуозное владение холодным оружием издавна считается искусством и возбуждает зрителей. Любой человек придет в восторг, когда на его глазах начнут выписывать круги и пируэты шашкой, ножом, саблей. А именно так выглядит фланкировка – казачий танец, поражающий воображение. Упражнения с клинковым оружием, которые выглядят зрелищно, называются фланкировкой. Но это понятие, по сути, ошибочно. Дело в том, что в рукопашном бою некогда кавалеристы выполняли пикой боевые приемы, и эти действия получили название «фланкирование». Со временем ошибка лексического характера стала устойчивым термином и начала обозначать комплекс приемов владения холодным оружием. Но сегодня фланкировка шашкой является атрибутом казачьей культуры. Без нее сложно представить какой-либо праздник как самих казаков, так и тот, где они принимают участие. Фланкировка построена на чередовании движений рукой с шашкой, которые являются эллипсоидными. Замахи помогают наносить мощные удары оружием максимально быстро, причем времени тратится не так уж много. Крутка эффективно позволяет развивать гибкость, способствует развитию ориентации в пространстве, видению перспективы.

Как вы считаете, после какого возраста прививался навык владения шашкой?
(После 7 лет)

Задание: ребята встают на фланкировку.

Критерии оценивания: фланкировка ровная, шашки не падают. Фланкируем двумя руками.

Виртуозное владение холодным оружием издавна считается искусством и возбуждает зрителей. Любой человек придет в восторг, когда на его глазах начнут выписывать круги и пируэты шашкой, ножом, саблей. А именно так выглядит фланкировка – казачий танец, поражающий воображение.

Станция 2.
«Бравый казак»
(Площадка №2)

Задание: ребята встают на фланкировку.
Критерии оценивания: фланкировка ровная, шашки не падают. Фланкируем двумя руками.




Станция 3. «Заплети косу» (спортивная площадка)

Один из игроков команды держит основание косы (три соединённых разноцветных ленты). Каждый игрок берёт в руки один конец ленты. Учащиеся «Заплетают» косу, двигаясь в нужном направлении.

Критерии оценивания: быстро, качественно и аккуратно заплести косу.

- Один из игроков команды держит основание косы (три соединённых разноцветных ленты). Каждый игрок берёт в руки один конец ленты. Учащиеся «Заплетают» косу, двигаясь в нужном направлении.
- Критерии оценивания: быстро, качественно и аккуратно заплести косу.

Станция 3.
«Заплети косу»
(площадка №3)



Станция 4. «Казачий словарь» (стол)

В речи бабушек и дедушек встречаются слова порой непонятные нам. Что же они значат, как звучат в нашей речи?

Давайте сейчас это услышим, увидим и запомним.

Скрыня – это бабушкин вместительный сундук, выполняет роль современного шкафа. До сих пор можно встретить его в домах станичников.

Курень или хата – это дом казака. Мы живем чаще всего в квартирах, а вот частный дом можно назвать хатой или куренем. В каждой казачьей хате самое лучшее и видное место было отведено под красный угол или божницу. Там размещались иконы, лампада, украшался этот угол вышитыми казачками рушниками.

Согревался каждый курень, хата печью - пичью. На ней готовили еду, сушили одежду, спали, когда она остывала. Печь летняя называлась **кабыця**. Пищу готовили в корчажках – горшках, чугунках и доставали из печи рогачом – ухватом, чтобы не обжечься. Молоко, квас, воду разливали в глиняные глечики – кувшины, которые из глины делали мастеровитые казаки-гончары.

А чем же лакомились наши прабабушки и прадедушки и как они это называли?

Соняшник – подсолнух. Очень любили казаки и казачки семечки подсолнечные погрызть. Были они для всех доступны и вкусны, как конфетки. Популярны они в народе и сейчас.

На бахче росли крупные, сочные **кавуны - арбузы**

В огородах зрели огромные тыквы. Тыкву в каждой семье запекали, добавляли в каши, кормили скот.

А мелкие абрикосы и поныне на Кубани зовутся **жердёлой**.

Задание: Ребята, вы внимательно смотрели и слушали меня. Проверим, насколько вы были внимательны. Я называю слово из казачьего словаря, вы подбираете соответствующую картинку и объясняете, что она обозначает.

АЖИНА - растение ежевика.

АРКАН - веревка свитая из конских волос с петлей - удавкой на конце. Казаки и другие скотоводческие народы пользуются арканом для ловли лошадей в табунах и скота в стадах, ловко забрасывая его петлю на шею животного.

БАЛАХОН - домашнее платье Казачки.

БОРОК (стар. дон.) - ожерелье из жемчуга

ВЕТЮТЕНЬ (дон.) - дикий голубь.

ВИЛОК - качан капусты.

ДРЯМ - сухой хворост.

Молодцы! У нас все получилось!

Ну, вот ребята, все команды завершили проход по станциям, давайте подведем итоги нашей игры, слово экспертам.

Эксперты: объявляют результаты набранные командами.

Спасибо нашим экспертам за работу, поздравляю всех участников игры, и не важно, какой результат набрали вы, главное, что мы еще раз вспомнили о традициях и истории казачества и именно вы являетесь звеном, которое сможет эти традиции сохранить и в будущем.

4 станция
Станция 4.
«Казачий
словарь»
(площадка
№4)

- Задание: Ребята, вы внимательно смотрели и слушали меня. Проверим, насколько вы были внимательны. Я называю слово из казачьего словаря, вы подбираете соответствующую картинку и объясняете, что она обозначает.



ВЕТЮТЕНЬ



БАЛАХОН



АЖИНА



ДРЯМ



ВИЛОК



БОРОК



АРКАН

Кузякина Анастасия

Квест-игра для детей
«Быть здоровым здорово»

Цели и задачи :

- систематизация и обобщение ранее полученных знаний по здоровому образу жизни;
- приобретение в игровой форме новых жизненно необходимых знаний по ЗОЖ;
- формирование у учащихся мотивации на ведение здорового образа жизни, воспитание ответственности за свое здоровье и здоровье своих близких;
- содействие развитию коммуникативных качеств личности школьника;
- формирование умения работать в группе.

Добрый день, дорогие ребята! Мы приветствуем вас на нашей квест-игре «Быть здоровым здорово!».

Что может быть всего дороже в современном мире - в век технического прогресса и развития космических технологий? Конечно же, здоровье! Здоровье — это главная ценность в жизни человека. Человек, страдающий каким-либо недугом, вряд ли сможет воплотить в жизнь свои мечты. Быть здоровым – естественное желание человека. Рано или поздно каждый начинает задумываться о своем здоровье.

Каждой команде предстоит пройти 7 станций. На станциях вас будут ожидать организаторы с заданиями, соответствующими тематике станции. Путеводителем вам будут служить маршрутные листы с указанной очередностью прохождения станций. В эти листы организаторы будут вносить заработанные вами баллы.

1 станция «Собери пословицу»

Установка: Вам необходимо соединить начало и конец пословицы

Варианты пословиц:

| | |
|-------------------------------|-----------------------------|
| 1.Кто спортом занимается, | сам по пояс мойся.3 |
| 2.Пешком ходить — | здоровый дух.6 |
| 3.Холода не бойся, | и закалка важна.8 |
| 4.Ледяная вода — | проживешь дольше.7 |
| 5.Спорт и туризм | для всякой хвори беда.4 |
| 6.В здоровом теле | укрепляют организм.5 |
| 7.Двигайся больше — | долго жить.12 |
| 8.И смекалка нужна, | тот силы набирается.1 |
| 9.От вкусной и сладкой еды | всегда рядом вместе идут.11 |
| 10.Лень болезнь нагоняет, | долго жить.2 |
| 11.Здоровье, радость и труд – | труд душу очищает.10 |
| 12.Пешком ходить — | ничего не жди, кроме беды.9 |

2 станция «Лечебная»

Комментарий станционного распорядителя: К сожалению, болеть приходится почти всем. Но наша матушка-природа побеспокоилась о том, чтобы помочь человеку справиться со своими болезнями и недомоганиями своими травками да растениями. На данной станции вам предстоит соотнести названия растений и болезни от которых они помогают.

Варианты:

1. Ромашка – ангина
2. Малина -- высокая температура
3. Подорожник -- порезы, ссадины
4. Мать-и-мачеха -- кашель
5. Крапива – радикулит
6. Чистотел -- кожные заболевания
7. Чеснок -- грипп

8. Черника -- болезни глаз
9. Валериана – нервное расстройство
10. Каланхоэ -- насморк

3 станция «Информационная»

Комментарий стационарного распорядителя: Ребята, давайте проверим, насколько вы информированы в вопросах спорта и ЗОЖ. В жизни каждому полезны знания, а с ними спорт. И поэтому предложим вам спортивный наш кроссворд.

1. В этом мы играем зале. Надо рост большой иметь,
Чтоб противнику в запале гол мячом забить суметь. Баскетбол
2. Поможет мышцы рук развить, как встарь,
Резиновый спортивный инвентарь. Эспандер
3. Не пойму, ребята, кто вы? Птицеловы? Рыболовы?
Что за невод во дворе? – Не мешал бы ты игре,
Ты бы лучше отошёл, мы играем в... Волейбол
5. И в футболе, и в хоккее знает ту команду всяк,
Потому что та команда называется ... Спартак
6. Как называются состязания спортсменов? (соревнования)
7. Какие спортивные соревнования проводятся один раз в четыре года? (олимпийские)
8. Назовите виды спорта, в которых соревнования проводятся на льду. (хоккей, фигурное катание, конькобежный спорт)
9. В каком виде спорта играют мячом только ногами? (футбол)
10. В каком виде спорта мяч отбивают ракеткой? (теннис, бадминтон)

4 станция «Спортивная»

Комментарий стационарного распорядителя: Движение – жизнь! Этот лозунг проверило на себе уже не одно поколение людей. Только активный образ жизни, а еще лучше – спортивно-физкультурный поможет нам с вами спастись от целого ряда болезней, а в первую очередь – от сердечно-сосудистых и болезней опорно-двигательного аппарата. Командам необходимо на время выполнить задания.

- 1 ЗАДАНИЕ:** Построиться по первым буквам фамилии в алфавитном порядке.
- 2 ЗАДАНИЕ:** Всем членам команды по очереди пролезть через обруч, начиная с ног (по очереди).
- 3 ЗАДАНИЕ:** Всем членам команды пробежать до штрафной линии с мячом на ладони не уронив его (по очереди).
- 4 ЗАДАНИЕ:** Всем членам команды 5 раз прыгнуть на скакалке (по очереди).

5 ЗАДАНИЕ: Всем членам команды присесть 3 раза (по очереди).

5 станция «ЗОЖ»

Ведущий задает команде вопросы :

1. Какие ягоды используют во время простуды?

- 1– Ежевика
- 2 – Клубника
- 3 – Арбуз
- 4 – Клюква**

2. В какое время года лучше всего закаляться?

- 1 – Зимой
- 2 – Летом**
- 3 – Весной
- 4 – Осенью

3. Какое лекарственное растение используется для остановки кровотечения?

- 1 – Крапива
- 2 – Подорожник**
- 3 – Зверобой
- 4 – Ромашка

4. Какой предмет является лучшей тяжестью для любителей утренней зарядки?

- 1– Качели
- 2– Гантели**
- 3– Блины
- 4– Кегли

5. Какая жидкость переносит в организме кислород.

- 1– Плазма
- 2– Кровь**
- 3– Лимфа
- 4– Вода

6. Сон помогает организму восстановиться, набраться сил, если его продолжительность составляет:

- 1 – 3-4 часа
- 2 – 8-9 часов**
- 3 – 12-14 часов
- 4 – сон не влияет на здоровье

7. Какая из привычек является полезной?

- 1– Грызть ногти
- 2– Спать до обеда
- 3 – Утренняя зарядка**
- 4 - Долго играть в компьютер

8. Какой овощ полезен для зрения?

- 1 – Капуста

- 2 – Редис
- 3 – **Морковь**
- 4 – Чеснок

6 станция «Черный ящик»

Мы предлагаем вам отгадать, что лежит в чёрном ящике. На обсуждение 1 минута.

1. Это самый древний фитнес инвентарь в мире, который используется в наше время
2. Этот предмет есть в любом спортивном зале, а у некоторых есть и дома
3. Этот предмет бывает разных размеров и цветов
4. Его не купишь в аптеке, а только в спортивном магазине
5. В художественной гимнастике есть упражнение с этим предметом
6. В занятиях фитнесом позволяет избавиться от лишнего веса, улучшает сердечно сосудистую систему, а также повышает баланс и координацию
7. Её используют для тренировок футболисты, фигуристы, баскетболисты, боксёры

Ответ: Скакалка

7 станция «Финиш»

На данной станции вам предстоит решить ребус ч котором скрыто главное слово нашего квеста (**ЗДОРОВЬЕ**)



Наше путешествие подошло к концу. Надеемся, что вы, ребята, еще не раз захотите побывать в этой стране Здоровья, а может и переселитесь в неё жить. Пусть каждый ваш день будет наполнен здоровьем, радостью и полноценной жизнью.

Желаем вам расти, цвести,

Копить, крепить здоровье.

Оно для дальнего пути –

Главнейшее условие.

Расписную шаль накинем,
(ходьба на носках по кругу,
руки в стороны)
Как лебедушка, пойдём.
Косу длинную опустим,
Хороводы заведем.

Расписная шаль



Стоят кони городецкие (бег с
высоким подниманием бедра)
И забавные козлята.
Яркие все, расписные.
Очень рады им ребята.
А теперь — бег с коромыслом,
(бег на носках)
Что на плечах у нас повисло.
Ведро полное с водой
Понесем скорей домой.
Надо быстро пробежать
И воду не расплескать.

Русские народные промысла



Мы на карусели сели, (бег с ускорением)
Закружились карусели.
Но сначала еле-еле,
А потом, а потом,
Все бегом, бегом, бегом.
Тише, тише, не спишите! (медленный бег)
Карусель остановите (ходьба).

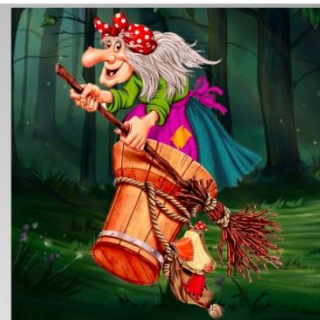
Не счесть на ярмарке чудес!
Там уличный театр есть.
Нас приветствует Петрушка, (упражнение
на восстановление дыхания)
Головой кивает,
Низко кланяется нам,
Ручки расставляет.

Русские народные качели



Подвижная игра «Баба - Яга» (русская народная игра)

С помощью считалки выбирают Бабу – Ягу.
Она находится в центре круга. Дети ходят
по кругу и поют:
Баба-Яга, костяная нога, Дети ходят
С печки упала, ногу сломала. по кругу.
Пошла в огород, испугала народ. Идут в
центр.
Побежала в баньку, Из круга обратно.
Испугала зайку.
После песни дети разбегаются, Баба-Яга
ловит детей.



2 станция «Подвижные игры»

• **Русская народная игра:**

• **У медведя во бору**

- Медведь, выбранный жеребьевкой, живет в лесу. Дети идут в лес за грибами, ягодами и напевают песенку:
- У медведя во. бору
- Грибы, ягоды беру!
- Медведь постыл
- На печи застыл!
- Когда играющие произнесли последние слова, медведь, до сих пор дремавший, начинает ворочаться, потягиваться и неохотно выходит из берлоги. Но вот медведь неожиданно бежит за играющими и старается кого-то поймать. Пойманный становится медведем.
- Правила игры. Медведь выходит из берлоги только после произнесения последних слов зачина. Дети в зависимости от поведения медведя могут не сразу бежать в свой дом, а подразнить его песней.



• **Русская народная игра:**

• **Гуси-лебеди**

- Участники игры выбирают волка и хозяина, остальные — гуси-лебеди. На одной стороне площадки чертят дом, где живут хозяин и гуси, на другой — живет волк под горой. Хозяин выпускает гусей в поле погулять, зеленой травки пощипать. Гуси уходят от дома до-вольно далеко. Через некоторое время хозяин зовет гусей. Идет переключка между хозяином и гусями:
- Гуси-гуси!
- Га-га-га.
- Есть хотите?
- Да, да, да.
- Гуси-лебеди! Домой!
- Серый волк под горой!
- Что он там делает?
- Рябчиков щиплет.
- Ну, бегите же домой!
- Гуси бегут в дом, волк пытается их поймать. Пойманные выходят из игры. Игра кончается, когда почти все гуси пойманы. Последний оставшийся гусь самый ловкий и быстрый, становится волком.
- Правила игры. Гуси должны «лететь» по всей площадке. Волк может ловить их только после слов: «Ну, бегите же домой!»



Серый волк

- На площадке на расстоянии 20—30 м чертят две линии. Одного из играющих выбирают серым волком. Присев на корточки, серый волк прячется за одной чертой (в кустах или в густой траве). Остальные играющие находятся на противоположной стороне за другой чертой. По сигналу все идут в лес собирать грибы, ягоды. Навстречу им выходит инструктор и спрашивает (дети хором отвечают): *ы, друзья, куда спешите?*
- *В лес дремучий мы идем.*
- *Что вы делать там хотите?*
- *Там малины наберем.*
- *Вам*
- *зачем малина, дети?*
- *Мы варенье приготовим.*
- *Если волк в лесу вас встретит?*
- *Серый волк нас не догонит!*
- После этой переключки все подходят к тому месту, где прячется серый волк, и хором говорят:
- *-Соберу я ягоды и сварю варенье,*
- *Милой моей бабушке будет угощенье.*
- *Здесь малины много, всю и не собрать,*
- *А волков, медведей вовсе не видать!*
- После слов *не видать* серый волк встает, а дети быстро бегут за черту. Волк гонится за ними и старается кого-нибудь запятнать. Пленников он уводит в логово — туда, где прятался сам.
- Правила игры. Изображающему серого волка нельзя выскакивать, а всем игрокам убежать раньше, чем будут принесены слова *не видать*. Ловить убегающих можно только до черты дома.



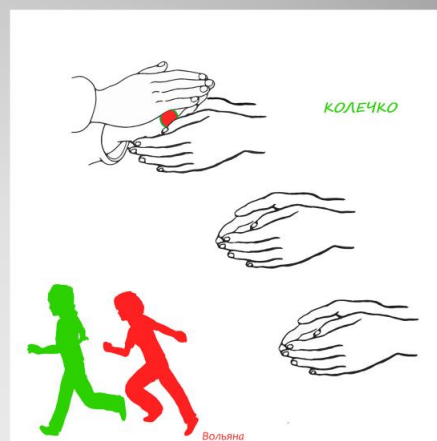
Подвижная игра «Калачи» (русская народная игра).

Команды образуют два круга. Двигаясь поскокками по кругу, проговаривают:
«Бай – качи – качи – качи!
Глянь – баранки, калачи!
С пылу, с жару, из печи!»
После игроки разбегаются в рассыпную. На слова «Найди свой калач!» возвращаются в свой круг. Побеждает команда, которая быстрее соберет свой «калач».



• **Подвижная игра « Колечко»**

- Играющие стоят по кругу, держат руки впереди лодочкой. Выбирается один инструктор. В руках у ведущего лежит небольшой блестящий предмет (это может быть колечко, фантик из фольги). Инструктор идет по кругу и каждому как будто кладет колечко в руки. При этом он говорит:
 - Вот по кругу я иду,
 - Всем колечко вам кладу,
 - Ручки крепче зажимайте
 - Да следите, не зевайте!
- Одному из детей он незаметно кладет колечко, а потом выходит из круга и говорит: «Колечко, колечко, выйди на крылечко!» Тот, у которого в ладошках окажется колечко, выбегает, а дети должны постараться задержать его, не выпустить из круга.



• **«Золотые ворота» (русская народная игра).**

- Участники игры делятся на тех, кто стоит в кругу, подняв сомкнутые руки. И тех, кто через эти ворота пробегают цепочкой (или по одному).
- Стоящие поют:
 - Золотые ворота
 - Пропускают не всегда:
 - Первый раз прощается,
 - Второй – запрещается,
 - А на третий раз
 - Не пропустим вас!
- «Ворота» закрываются и «ловят» того, кто остался в них. Оказавшиеся внутри круга, берутся за руки с образующими круг, увеличивая «ворота».



ПЕСЕНКИ-ПОТЕШКИ

3 станция **«Загадки** **потешки»**

* Мы капусту рубим, рубим,
* Мы капусту режем, режем,
* Мы капусту жмём, жмём,
* А морковку трём, трём
* Поработали мы днём
А теперь играть пойдём.

* Ванька- встанька карапуз,
* Надевай большой картуз,
* Каравай съешь хлеба,
* Вырастишь до неба,
* Будешь в игры играть
* И здоровье сберечь.



Идёт коза рогатая
Идёт коза бодатая
За малыши ребятами
Ножками топ- топ
Глазками хлоп-хлоп
Забодаю, забодаю...

Коза-дереза зачем нас бодать
Вот наша гипотеза.



Некоторые жанры фольклора:

ПЕСТУШКА

Ай, лады, лады, лады

Не боимся мы воды!
Чистая водичка
Умоет наше личико,
Вымоет ладошки,
Намочит нас немножко,
Ай, лады, лады,
Не боимся мы воды!
Чисто умываемся,
Маме улыбаемся



ДРАЗНИЛКИ

Андрей – воробей
Не гоняй голубей.
Гоняй галочек,
Из под палочек.

Дунька-пышка
На улицу вышла,
На кочку села.
Комарика съела.

РУССКАЯ НАРОДНАЯ ПЕСНЯ

Пойду ль я, выйду ль я, да,
Пойду ль я, выйду ль я, да,
Во доль, во долинушку, да,
Во доль, во широкую.
Сорву ль я, вырву ль я, да,
Сорву ль я, вырву ль я, да,
С винограду ягодку, да,
С винограду винную.



ПОТЕШКА

Солнце, солнце, уходи до утра.
Всем ребятам спать пора, спать пора.
Пастушатам – молока через край,
Тем, кто пашет, - каравай, каравай.

Пошёл котик на торжок,
Купил котик пирожок.
Пошёл котик на улочку,
Купил котик булочку.
Самому ли есть
Либо Бореньке съесть?
Я и сам укушу,
Да и Бореньке несусь.



16

Тень-тень, потетень,
Выше городу плетень.
Сели звери под плетень,
Похвалялися весь день.
Похвалялася лиса:
— Всему свету я краса!
Похвалялся зайка:
— Поди, догоняй-ка!
Похвалялися ежи:
— У нас шубы хороши!
Похвалялся медведь:
— Могу песни я петь!



17



По горизонтали:

2. Из нее был влюблен опьянный солдатик.
3. Кто попросился вторым пожить в теремке?
5. На каком полюсе побывала девочка Женья, благодаря цветику-семицветику?
6. Из кого превратился великан-людоед, после чего его съел кот в сапогах?
7. Из чего плела Элиза рубашки для своих 11 братьев - диких лебедей?
8. Бригада спасателей Красной Шапочки и ее бабушки.
13. Кого спасла от смерти Дюймовочка в норе крота?
15. Из чего варил кашу старый солдат в гостях у скучной старухи?

“Путешествие по сказкам”



По вертикали:

1. Для медведицы из сказки “Три медведя”.
4. Что мешало уснуть на сорока перинах настоящей принцессе?
7. Что испекла Царевна-лягушка по первому приказу царя?
9. Кого отдала Герде таленная разбойница, чтобы та могла добраться до дворца Снежной Королевы?
10. Из кого превратился братец Яленушки, попив воды из копытца?
11. Для тальчика, которого превратила старуха в карлика с большим носом?
12. Для маленького тальчика, летающего на волшебных туфлях.
14. Сколько лет проспала Спящая красавица после укула веретеном?



Преподаватель: Ребята, я надеюсь вам очень понравился наш занимательный квест, давайте вместе с вами нарисуем на асфальте то, что больше всего вам понравилось в нашей эстафете.

Станция 4
«До новых встреч»



Яковенко Екатерина

Квест-игра для детей «Приключения на Спортивной Поляне»

Ведущий: Добрый день, ребята! Сегодня мы отправимся в увлекательное путешествие на Спортивную Поляну, где нас ждут интересные задания, спортивные игры и, конечно же, поиск таинственного клада. На каждом этапе нашего пути вы будете зарабатывать баллы. Команда, набравшая больше всего баллов, получит главный приз. Готовы начать?

Ведущий: Распределитесь на 2 команды, придумайте название своей команде

Ведущий: Команды, представьтесь! (*Представление команд*).

Ведущий: Ваша задача пойти все станции и набрать как можно больше баллов. Желаю всем удачи!

1 станция «Лесная полянка» (спортивная площадка)

Ведущий: Добро пожаловать на Лесную Полянку! Здесь вам предстоит пройти эстафету.

Правила: Пробежать змейкой между конусами. Сделать 10 прыжков через скакалку. Надеть мешок и прыгать в нем до финиша.

1 станция «Лесная полянка» (спортивная площадка)

Задание: Пробежать змейкой между конусами. Сделать 10 прыжков через скакалку. Надеть мешок и прыгать в нем до финиша.



2 станция «Загадочный лес» (спортивная площадка)

Ведущий: Вы попали в Загадочный Лес. Чтобы пройти дальше, вам нужно разгадать загадки и выполнить упражнения.

Правила: Команды разгадывают предложенные загадки. За каждую правильную разгадку команда выполняет одно из упражнений: 10 прыжков, 10 приседаний.

1. Любого ударишь – он злится и плачет.

А этого стукнешь – от радости скачет!

То выше, то ниже, то низом, то вскачь.

Кто он, догадался? Резиновый ... **(мяч)**.

2. Силачом я стать решил, к силачу я поспешил:

— Расскажите вот о чем, как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ: — Очень просто.

Много лет, ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я ... **(гантели)**.

3. Зеленый луг, сто скамеек вокруг,

от ворот до ворот бойко бегают народ.

На воротах этих рыбацкие сети. **(Стадион)**

4. На снегу две полосы, удивились две лисы.

Подошла одна поближе: здесь бежали чьи-то ... **(лыжи)**.

5. Есть ребята у меня два серебряных коня.

Езжу сразу на обоих. Что за кони у меня? **(Коньки)**

2 станция «Загадочный лес» (спортивная площадка)

Задние: Команды разгадывают предложенные загадки. За каждую правильную разгадку команда выполняет одно из упражнений: 10 прыжков, 10 приседаний.

1. Любого ударишь – он злится и плачет.

А этого стукнешь – от радости скачет!

То выше, то ниже, то низом, то вскачь.

Кто он, догадался? Резиновый ... **(Мяч)**

2. Силачом я стать решил, к силачу я поспешил:

— Расскажите вот о чем, как вы стали силачом?

Улыбнулся он в ответ: — Очень просто.

Много лет, ежедневно, встав с постели,

Поднимаю я ... **(Гантели)**

3. Зеленый луг, сто скамеек вокруг,

от ворот до ворот бойко бегают народ.

На воротах этих рыбацкие сети. **(Стадион)**

4. На снегу две полосы, удивились две лисы.

Подошла одна поближе: здесь бежали чьи-то ...

(Лыжи)

5. Есть ребята у меня два серебряных коня.

Езжу сразу на обоих. Что за кони у меня? **(Коньки)**

3 станция " Болотные тропы " (спортивная площадка)

Ведущий: Сейчас мы на Болотных Тропах. Ваша задача - пройти полосу препятствий.

Правила: Участники проходят по бревну, не касаясь земли. Прыгать через круги, обозначенные как «лужи».

3 станция «Болотные тропы» (спортивная площадка)

Задание: Участники должны пройти по бревну, не касаясь земли. Прыгать через круги, обозначенные как «лужи».



4 станция «Лапта» (спортивная площадка)

Ведущий: Здесь мы будем играть в лапту.

Игроки делятся на две команды: отбивающие и подающие.

Отбивающая команда должна ударить мяч палкой и добежать до определенного места и обратно, не будучи осаленными мячом.

5 станция «Тайный лагерь» (спортивная площадка)

Ведущий: Вы достигли Тайного Лагеря. Здесь вас ждут коммуникативные игры и викторина.

Испорченный телефон: Все участники становятся в линию. Первый игрок шепчет фразу на ухо следующему, и так до последнего. Последний игрок вслух произносит услышанную фразу.

Викторина: Ведущий задает вопросы на тему спорта и здорового образа жизни.

1. Какие виды спорта вы знаете?
2. В какое время года лучше начать закаляться? (**летом**)
3. Почему нельзя грызть ногти? (**это некрасиво и под ногтями микробы, можно заболеть**)
4. Листья какого растения используют при ушибе или кровотечении? (**лопух, подорожник**)
5. Какие фрукты, овощи используют для понижения температуры и для лечения от простуды? (малина, лимон, чеснок)

6 станция: «Народная мудрость» (стол)

Ведущий: На столе лежат начала пословиц и их конец, вам необходимо правильно составить пословицы. Какая команда сделает быстрее, той начисляется балл. Удачи!

- Отдашь спорту время -
- Закаляй своё тело
- взамен получишь здоровье.
- с пользой для дела.
- В здоровом теле —
- Где здоровье,
- Здоров будешь —
- Кто спортом занимается,
- Солнце, воздух и вода —
- Крепок телом — богат и делом.
- здоровый дух!
- там и красота.
- все добудешь!
- тот силы набирается.
- наши лучшие друзья!
- богат и делом

7 станция «Поляна командного духа» (спортивная площадка)

Ведущий: Добро пожаловать на станцию «Поляна командного духа» Здесь вам предстоит показать, как вы умеете работать в команде. Ваша задача — построить самую высокую башню из деревянных кубиков, а затем, используя элементы игры «Городки», сбить её.

Правила: Команда получает набор деревянных кубиков или блоков.

Участники работают вместе, чтобы построить как можно более высокую и устойчивую башню. Башня должна стоять самостоятельно, без поддержки участников.

После завершения строительства башни команда получает несколько маленьких деревянных палочек. Участники по очереди метают палочки, стараясь сбить башню.

8 станция «Волшебные кольца» (спортивная площадка)

Ведущий: Добро пожаловать на станцию. Здесь вам предстоит проявить меткость и ловкость, метая кольца на цели.

Правила: На земле устанавливаются конусы или стойки на разном расстоянии. Каждой команде выдается по 5 колец. Задача участников – попасть кольцом на конус или стойку. За каждый успешный бросок команда получает возможность выбрать дополнительное задание (например, прыжки через скакалку, прыжки на одной ноге, приседания).

8 станция «Волшебные кольца» (спортивная площадка)

Задание: На земле устанавливаются конусы или стойки на разном расстоянии. Каждой команде выдается по 5 колец. Задача участников – попасть кольцом на конус или стойку. За каждый успешный бросок команда получает возможность выбрать дополнительное задание (например, прыжки через скакалку, прыжки на одной ноге, приседания).



9 станция «Кладовая поляна» (спортивная площадка)

Ведущий: Вы дошли до Кладовой Поляны. Здесь вам нужно нарисовать карту своего путешествия на асфальте.

Правила: Команды рисуют на асфальте карту своего пути от старта до финиша. Команды получают подсказку о местонахождении клада

10 станция «Спорт» (спортивная площадка)

Ведущий: Пересилить себя и чего-то добиться,
Это в жизни любому должно пригодиться.
Спорт поможет любому выносливым быть.
Силу дух способен он всем укрепить.
Не ленитесь, весь день проводите в движенье.
Спорт поможет легко вам всем снять напряжение.
Подружитесь вы с ним- благодарность вас ждет.
Ведь к победам вас спорт так легко приведет.

Ведущий: Поздравляю всех участников с удачным завершением игры. Желаю вам быть сильными и здоровыми.

Ведущий поздравляет участников игры и вручает шоколадные медали.

Дуркина Юлия

Квест-игра для детей «Играй вместе с нами»

Актуальность проекта. Актуальность спорта в нашей жизни обусловлена ростом требований не только к морально-нравственным качествам человека, но и к его физическим данным. Спорт – это не только состязание и конкуренция, занимающие значимое место в современном мире, но и возможность расширить границы своих возможностей.

Все мы когда-то занимались и многие продолжают заниматься спортом. Кто-то любит побегать с утра пораньше на стадионе, кто-то после учебы/работы регулярно посещает бассейн, ну, а кто-то ходит на различные секции, к примеру, футбол, баскетбол, волейбол. Так или иначе, мы занимаемся определенной деятельностью, которая направлена на физическую активность человека.

Станция 1.

«Мастерицы на все руки»

Каждой команде дается газета, две пары ножниц, клей, лист бумаги и проговаривается пословица. Задача: найти в газете нужные буквы, вырезать и составить пословицу, приклеив ее на бумагу.

Пословицы: солнце воздух и вода помогают нам всегда;
солнце, воздух и вода - наши верные друзья.

Станция 2

Отгадай загадку

Железные блины
Соединены,
Тонкая палка -
Железная скалка -
Блины печет,
Силой влечет.

Силачом я стать хочу.
Прихожу я к силачу.
Расскажите вот о чем :
Как вы стали силачом?
Улыбнулся он в ответ: Очень просто. Много лет
Ежедневно, встав с постели,
Поднимаю я ...

Болею мне некогда, друзья,
В футбол, хоккей играю я.
И очень я собою горд,
Что дарит мне здоровье ...

Мяч в кольцо! Команде гол!
Мы играем в ...

По горизонтали:

1. Спортивная игра, участники которой посылают при помощи ракеток мяч через сетку.
4. В этом виде спорта спортсмены соревнуются не только в беге на лыжах. Пройдя определенное расстояние, спортсмен стреляет из винтовки. За каждый промах он получает штрафной круг, либо штрафное время.
5. Спортивная игра с мячом двух команд по шесть человек в каждой. Соревнования состоят из трёх или пяти партий.
9. Литая металлическая ручка с двумя чугунными шарами на концах.

По вертикали:

2. В этом виде спорта спортсменам нужны специальные перчатки, чтобы наносить друг другу удары.
3. Соревнования на воде на различные дистанции, которые проводятся как в бассейнах, так и на открытых водоемах.
6. Игра двух команд, цель которой – забить мяч в ворота соперника.
7. Игра с клюшкой на льду.
8. Для этой спортивной игры нужна круглая мишень, которая вешается на стену. Игроки метают дротики, стараясь поразить цель.

Станция 4. ОЛИМПИЙСКАЯ ВИКТОРИНА

1. Какое современное государство считается родиной Олимпийских игр?
а) Россия; **б) Греция;** в) Англия; г) Китай.
2. Каких птиц традиционно выпускают на открытии Олимпийских игр?
а) Соловей; **б) Голубь;** в) Ворона; г) Синица.
3. На открытии Олимпийских игр команды идут в порядке алфавита страны-организатора. Но впереди всегда шествует команда одной и той же страны. Какой?
а) Россия; **б) Греция;** в) Англия; г) Китай.
4. Какого цвета полотнище Олимпийского флага?
а) Красный; **б) Белый;** в) Зеленый; г) Синий.
5. В какое время года проводятся Белые Олимпиады?
а) Лето; **б) Зима;** в) осень; г) Весна.
6. Сколько метров в самой короткой легкой атлетической дистанции современных Олимпийских игр?
а) 200; **б) 100;** в) 60; г) 30.

7. Сколько легкоатлетов одной команды принимают участие в олимпийском эстафетном забеге?
 а) 3; б) 4; в) 5; г) 6.
8. Какая олимпийская спортивная игра проводится в бассейне?
 а) гандбол; б) Водное поло; в) баскетбол; г) волейбол.
9. В каком олимпийском виде спорта используется сабля?
 а) Дзюдо; б) Фехтование; в) баскетбол; г) теннис.
10. Как называют комплекс жилых помещений для спортсменов, участников Олимпийских игр?
 а) Олимпийская деревня; б) Спортивное село;
 в) Городок рекордсменов; г) Чемпионская столица.
11. Какое из этих единоборств является Олимпийским видом спорта?
 а) Самбо; б) Дзюдо; в) Каратэ; г) Айкидо.
12. В какой части света ни разу не проводились Олимпийские игры современности?
 а) В Азии; б) В Австралии;
 в) В Америке; г) В Африке.

Станция 5. Отгадайте ребус.





Лебедева Дарья

Квест-игра для детей
«Дружная компания»

«Дружная компания»

- **Актуальность проекта.** Детство не может проходить без игры. Ведь игра для детей – это радость, забава, соревнования, она ведет ребенка по жизни. XXI век – это век поколения компьютероманов, геймеров. Современные дети стали меньше двигаться, меньше общаться, им даже стало не интересно играть друг с другом, и конечно же из их жизни почти исчезли подвижные игры. Дети стали меньше проводить времени на свежем воздухе, на природе. А самым полезным видом такого отдыха, являются игры- игры подвижные. Все чаще на прогулке дети задают вопрос: «В какие игры поиграть?». Я подготовила квест-игру «Дружная компания» в которую дети смогут играть на детских площадок микрорайона г. Ставрополя.

Квест-игра для детей «Дружная компания»

- **1 станция: «Планета равновесия»**
- 1.«Балансир». Пронести по очереди книгу на голове до стойки, не уронив. Идти неторопливо, если уронил, поднять и пойти дальше.
- 2. По окончании достать листок с игровым упражнением «замри».
- «Вышибалы». В этой игре участники должны попасть мячом в соперника. Попавший игрок выбывает из игры. Побеждает последний оставшийся на площадке игрок.
- Дети справились с заданием, им вручается конверт для перехода на следующую станцию



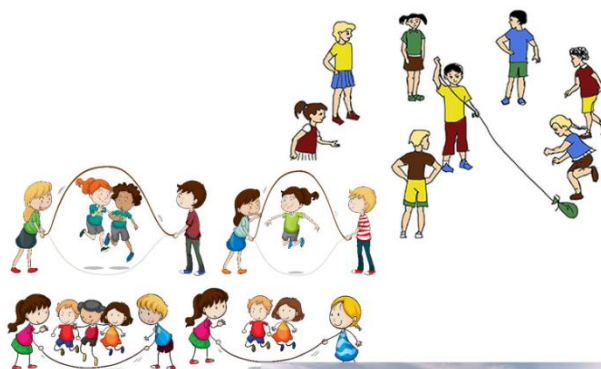
2 станция: «планета ловкости»

- Игра «донеси и не урони»
- 1. Бадминтон- на расстоянии воланами попадает в ведро
- 2. Игра донеси и не урони. Дети выстраиваются в колонну, ставятся две корзины. В начале колонны корзина с мячиками, на расстоянии 4м ставится другая пустая корзина. Задача детей с помощью ракетки от бадминтона перенести шарик из одной корзины в другую.
- 3.«Классики». Участники прыгают на одной ноге по нарисованным клеткам. Кто первый допрыгает до последней клетки и вернётся обратно, тот и выиграл.
- По окончании дети находят конверт в корзине



3 станция: «планета быстроты»

- 1. Бег под вращающейся веревкой, дети стоят в кругу
- 2. Прыжки по двое через скакалку
- 3. «Салки». Один из игроков становится водящим. Его задача — осалить остальных игроков. Те, кого осалили, выходят из игры. Последний оставшийся игрок объявляется победителем.
- Вопрос для детей: кто из животных самый быстрый? (Гепард)



4 станция: «планета выносливости»

- Загадки: Болеть мне некогда, друзья,
В футбол, хоккей играю я.
И очень я собою горд,
Что дарит мне здоровье... (*спорт*)
Любого ударишь –
Он злится и плачет.
А этого стукнешь –
От радости скачет! (*мяч*)
Есть лужайка в нашей школе,
А на ней козлы и кони.
Кувыркаемся мы тут
Ровно сорок пять минут.
В школе – кони и лужайка!
Что за чудо, угадай-ка! (*спортзал*)
Едет он со стадиона
На квартиру чемпиона.
Будет жить с призёром вместе
На почётном, видном месте. (*кубок*)
- «Перетягивание каната»



5 станция: «планета кругозора»

- Дети откладывают кроссворд на тему «здоровье»
- Игра «Тише едешь-дальше будешь - стоп!»



6 станция: «планета дружбы»

- 1. Взяться за руки, встать в круг. Под музыку в центре круга ведущая показывает движения с мячом в руках, их нужно повторить, затем выбирает другого участника, передает мяч, он показывает движения
- 2. «Резиночка». Двое игроков держат резинку, а третий прыгает через неё, выполняя различные задания. Задания усложняются от уровня к уровню. Выигрывает тот, кто сможет пройти все уровни.



Трегубова Ирина

«Выходи играть во двор!»

Добрый день, дети и их родители! Сегодня очень редко дети проводят время за игрой на детской площадке во дворе дома. С развитием информационных технологий дети все больше погружаются в виртуальный мир. Но разве проводя время в телефон, ты сможешь получить те эмоции, что ты испытываешь играя в реальности со своим товарищем на улице, разве увидишь ты искреннюю улыбку друга и сам зарядишься этим позитивом? Нет! Однако, как бы мамы, папы, бабушки и дедушки не ворчали бы, не уговаривали бы, у ребят не возникает желание бежать во двор для совместных игр, так как было это раньше. А все потому, что дети не знают, чем бы можно было заняться, в какую игру можно сыграть всем вместе, чтобы было весело и интересно. Чтобы решить эту проблему, я хочу вас всех пригласить в путешествие во времени.

1 станция в гости к про отцам «Казачья»

-разложено фото, дети должны отгадать - предположить, что на них?

Иголлка, нитка и узелок».

Ход игры: Игроки становятся в круг и берутся за руки. Считалкой выбирают «Иголлку», «Нитку» и «Узелок».

Герои друг за другом то забегают в круг, то выбегают из него. Если же «Нитка» или «Узелок» оторвались (отстали или неправильно выбежали, вбежали в круг), то эта группа считается проигравшей. Выбираются другие герои.

Выигрывает та тройка, в которой дети двигались быстро, ловко, не отставая друг от друга.

Правила игры. «Иголлку», «Нитку», «Узелок» надо впускать и выпускать из круга, не задерживая, и сразу же закрывать круг.

"ПЛЕТЕНЬ"

Игроки делятся на 2 или 4 команды. Становятся в шеренги и сплетают руки крест-накрест. Затем каждая из шеренг по очереди идет навстречу противоположной шеренге и кланяется. После поклона дети возвращаются на прежнее место. С началом веселой плясовой дети выходят из своих шеренг, расходятся по всему залу или площадке, танцуют, используя известные плясовые движения.

Как только музыка закончится, каждая шеренга должна занять свое первоначальное место, а дети быстро и правильно “заплести плетень” (*взяться за руки крест-накрест*).

Корзинки» Играющие делятся на пары и расходятся по площадке. Берут друг друга за руки и образуют кружки-корзинки.

Двое водящих стоят на некотором расстоянии друг от друга, один из них пятнашка, он догоняет второго игрока. Убегающий бежит между парами и, чтобы его не осалили, быстро называет по имени одного игрока из любой пары. Играющий, чье имя назвали, убегает, на его место встаёт игрок водящей пары. Если пятнашка осалил убегающего, то они берут друг друга за руки и образуют корзинку.

2 станция на 70 лет назад «1950-1960г»

Мы с вами оказались в том времени, когда наши бабушки прыгали на скакалке, а дедушки гоняли мяч во дворе

-разложено фото, дети должны отгадать- предположить, что на них ?

-спросить у бабушек или дедушек в какие игры играли они?

-попросить провести самую любимую

Правила игры Хали-хало

Дети становятся в круг, считалкой выбирают водящего. Водящий берет в руки мяч и загадывает остальным ребятам слово. Обычно говорят к какой категории принадлежит придуманное слово и его первую и последнюю букву. Например, водящий загадал слово кровать. Он говорит это предмет из мебели, он начинается на букву К и заканчивается мягким знаком. Дети начинают отгадывать слово. Как только водящий услышит правильный ответ, он кричит "Хали-хало", подкидывает мяч как можно выше вверх, а сам убегает.

Ребенок, правильно отгадавший слово, ловит мяч и кричит "Стоп". Водящий останавливается. Игрок должен отгадать сколько до водящего шагов. Но шагов непростых.

В каждой компании можно придумывать свои шаги.

Виды шагов в игре хали-хало:

- Гигантские - самые большие шаги, на всю ширину.
- Нормальные - обычный детский шаг.
- Лилипутские - очень маленькие шажочки.
- Лягушачьи - в прыжках на корточках.
- Зонтики - ребенок кружится в сторону водящего.
- Кирпичи - шаг пятку к носку.
- Верблюжья - шаг и плевок (главное в водящего не попасть).

Ребенок с мячом делает названное количество шагов и бросает мяч в кольцо, которое делает руками водящий. В некоторых вариантах этой игры нужно мячом попасть в водящего. Если мяч попадает в кольцо - то игрок становится водящим и игра продолжается.

3 станция в детстве у родителей

А теперь мы узнаем во что и как играли наши родители

-просматривают фото комментируют

-просим родителей рассказать и провести любимые игры

«Бояре»

Цель игры: развивать умение быть в команде и выигрывать в ситуации «один против всех».

Ход

игры:

Участники игры делятся на две равные команды и становятся друг напротив друга шеренгами, взявшись за руки, на расстоянии 10–15 м. Команды двигаются навстречу, произнося по очереди длинную речёвку:

«Бояре, а мы к вам пришли,
дорогие, а мы к вам пришли...»

Диалог заканчивается словами:

«Бояре, отворяйте ворота,
отдавайте нам невесту навсегда».

Тот, кого выбирают невестой, должен после этого разбежаться и прорвать цепь противника. Если попытка оказывается удачной, игрок возвращается в свою команду, если нет — остается в другой. Следующий кон начинается проигравшая команда. Цель игры — собрать в команде как можно больше участников.

«Я садовником родился»

Цель игры: развивать память, внимание, смелость и готовность отвечать за свои поступки.

Ход игры:

Каждый игрок выбирает себе имя — название цветка и сообщает его «садовнику»-водящему и другим игрокам. Водящий произносит считалочку: «Я садовником родился, не на шутку рассердился, все цветы мне надоели, кроме...» И называет «имя» (название цветка) одного из игроков. Происходит диалог между водящим и игроком. Игрок произносит название одного цветка из тех, что есть в команде. Участник, чье имя прозвучало, должен откликнуться. Диалог продолжается. Тот, кто ошибся: например, не отреагировал на свое имя, перепутал название цветов, — отдает фант (любую свою вещь). В конце игры фанты разыгрываются. «Садовник» отворачивается, вещь достают и спрашивают водящего: «Что делать этому игроку?» «Садовник» назначает задание (попрыгать на одной ноге, поприсесть, спеть, рассказать стихотворение и т.д.) — игрок «отрабатывает» фант и забирает свою вещь.

4 станция вперед к новому

Вот мы и вернулись в наше время но и тут я могу предложить вам новые игры

«Бананы»

Все игроки повисают на деталях игровых площадок, турниках и т.д. Вода ходит рядом с ними, приговаривая: «Бананы висели-висели-висели... и созрели!» В этот момент «бананы» падают и разбегаются, а вода их ловит.

«Выше земли»

Классические догонялки, но с особым правилом. Нельзя салить игрока, ноги которого не касаются земли.

«Паучок и муха»

Играют на любых сооружениях детской площадки, по которым можно безопасно лазить. Это сооружение считается «паутиной». В середине «паутины» сидит паук-вода, остальные - мухи. Мухи убегают от паука по «паутине», а паук их ловит, пока не осалит.

Вот и подошло к концу наше путешествие, как вам понравилось?

-спросить что понравилось детям, взрослым? Что больше запомнилось? В какие игры они бы сыграли еще? Игра - это то, что связывает поколения людей, членов семьи людей вокруг нас. Игра в детстве дарит эмоции, а во взрослой жизни теплые и трепетные воспоминания о детстве.

Бекдурдыева Мерьем

Этот увлекательный фестиваль приглашает детей и взрослых окунуться в мир подвижных игр и спортивных развлечений на свежем воздухе. Вас ждут захватывающие сюжетные линии, разнообразные физические упражнения, веселые командные игры и многое другое.

Участники отправляются в увлекательное путешествие, следуя по игровым станциям.

На пути участников ждут занимательные испытания и веселые сюрпризы.

Победители получают награды и яркие воспоминания о празднике.

Перечень обязательных физических упражнений игрового пространства

Спортивные игры

Футбол, баскетбол, настольный теннис и другие увлекательные виды спорта.

Игры с элементами спорта

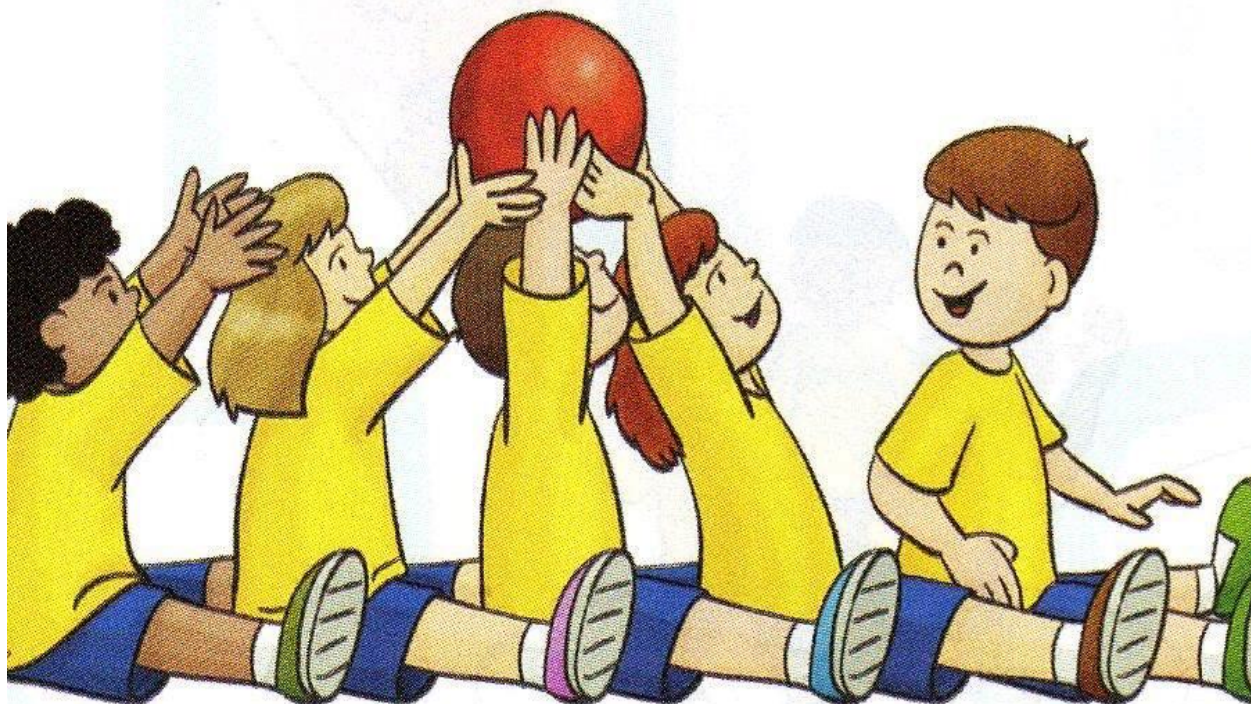
Веселые эстафеты, челночный бег, прыжки в длину.

Игровые упражнения

Упражнения на равновесие, гибкость и ловкость.

Русские народные игры

Классики, «Рюхи», «Лапта» и другие традиционные развлечения.



Спортивные игры и игры с элементами спорта

Футбол

Увлекательная командная игра с мячом, где участники демонстрируют меткость, ловкость и скорость.

Баскетбол

Динамичная игра, где дети бросают мяч в кольцо, развивая точность и координацию.

Настольный теннис

Захватывающие ралли с ракетками и пластиковым шариком, тренирующие реакцию и меткость.

Игровые упражнения

Прыжки на скакалке

Ритмичные прыжки, развивающие координацию и выносливость.

Лабиринты

Забавные препятствия, требующие ловкости и внимательности.

Дартс

Меткость и точность - ключ к победе в этой увлекательной игре.

Равновесие

Упражнения на балансирование, развивающие чувство равновесия.

Русские народные игры на улице

Классики

Классическая игра, требующая ловкости и сноровки.

Ручейки

Веселая игра-хоровод, развивающая ловкость и смекалку.

Лапта

Русская народная игра, проверяющая меткость бросков.

Городки

Турнир по выбиванию городков - одна из самых древних русских игр.

Разнообразные формы совместной деятельности детей и взрослых

Загадки

Веселые загадки на сообразительность, объединяющие участников.

Викторины

Проверка знаний в увлекательной соревновательной форме.

Рисование на асфальте

Творческое самовыражение и совместное творчество.

Схематичное расположение «станций» или заданий

Примеры:

Путешествие через лабиринт- Баскетбольный бросок- Классики

Прыжки на скакалке-Футбольные финты- Ручки

«Ребята нашего двора»

Данное мероприятие проводится для детей разных возрастных групп. Мероприятие проводится в формате спортивных соревнований. Состоит мероприятие из следующего: вводной беседы с детьми; распределение на команды и выбор капитана, получение карты с отмеченными станциями; во время прохождения станций каждая команда получает определенную букву, а после прохождения станции команды соединяют свои слова в известную фразу «Спорт – это жизнь»; в завершении мероприятия детям вручают медаль за участие и дети рисуют на асфальте свой любимый вид спорта.

Перечень обязательных физических упражнений: Игра – эстафета, казачья игра, дидактическая игра малой подвижности, подвижные игры.

Материалы для проведения мероприятия: мяч, обруч, медали, мелки для рисования, листы с распечатанными буквами для составления слов.

1 станция. Игра – эстафета «Не хуже, чем кенгуру»

Детям нужно поочередно всей командой пропрыгать определенное расстояние, зажав между коленями обычный или теннисный мяч. Если мяч падает на землю, бегун поднимает его снова



2 станция. Казачья игра «Колесо»Ход: Играющие разделившись на одинаковые команды, становятся рядами, лицом к середине — как спицы в колесе.

Водящий помещается вне колеса. Он бежит по кругу и, ударив по спине кого-либо из задних игроков, становится позади него.

Запятнанный передаёт удар впереди стоящему, тот — следующему и так далее до головного в спице; головной, получив удар, громко кричит «ай!». После крика все стоящие в спице и водящий бегут по кругу, обгоняя друг друга. Обежав круг, стараются стать на прежнее место. Игрок, оказавшийся в спице сзади всех, идёт водить.

Запрещается: Нельзя пятнать раньше, чем получен удар. Нельзя выбегать раньше крика. Нельзя мешать игрокам бежать и отталкивать вставших в спицу.

Станция 3. Подвижная игра «Игра с обручем»

Играющие делятся на две команды по 10-12 человек и становятся параллельно друг другу на расстоянии 6 шагов. Капитаны команд держат на вытянутых вперед руках обручи. По команде ведущего капитаны стараются как можно скорее пролезть в обруч и передать его следующему члену команды, тот проделывает то же самое и т. д. Команды стараются как можно скорее пройти это испытание и получить свои буквы.



Станция 4 дидактическая игра малой подвижности «Деревья, травы, цветы»

Цель: развивать внимание, быстроту реакции, помочь детям укрепить знания деревьев, трав, цветов, кустов которые растут на территории Ставропольского края.

Ход игры: Педагог предлагает послушать названия трав, цветов, кустов, деревьев, одновременно выполняя движения. Если куст - похлопать, дерево - поднять руки вверх, цветок или травы положить



руки на пояс.

5 станция. Подвижная игра «Небо — земля»

Условия: Игроки встают в круг. Выбирается водящий (кто-то из родителей детей) Он дает попеременно две команды: «Небо!» или «Земля!» и показывает, что нужно делать.

Когда водящий объявляет: «Небо!» - игроки должны поднимать руки вверх и высоко подпрыгивать, когда «Земля!» - присесть и гусиным шагом двигаться по кругу по часовой стрелке друг за другом.

Водящий должен стараться ввести игроков в заблуждение. Для этого он может одну и ту же команду давать несколько раз подряд или делать неверные движения (вместо подпрыгивания присесть, например). Кто ошибся – выбывает, команда в которой больше участников выбыло проигрывает и получает свою букву последними.

Дьяченко Екатерина

«Полёт на воздушном шаре»

- К нам прилетели странные гости и просят о помощи (ведущий)
- Ребята, мы упали с неба и оказались в этом интересном месте и вот незадача, наш воздушный шар лопнул, а нам очень надо вернуться домой. Вы нам поможете? (комарики)
- Давайте поможем таинственным незнакомцам. вы, кстати, не представились.
- Да что же, вы не узнали? Мы Комарики из произведения Корнея Чуковского. Тараканище! А вот вас мы никого не знаем, предлагаем познакомиться.

Игра на знакомство.

"Мяч по кругу".

Все стоят в кругу. У первого игрока в руках мяч. Он называет своё имя и передает мяч по кругу. Поймавший мяч должен назвать своё имя и передать мяч дальше. Так до тех пор, пока не будет обойден весь круг.

- Ну вроде всех запомнили. С таким количеством помощников мы точно справимся. С чего начнём? (Комарики)

Все мы знаем что бы отправиться на луну, нужно быть очень дружными. И сейчас мы с вами поиграем в игру именно на это качество.

«Зеркало»

У вас есть 3 вида движений: руки вверх, присесть, подпрыгнуть. Ваша задача, чтобы максимальное число людей сделали одно и то же. Потом отнимаем голос. Потом – жесты, потом - мимику.

«Соединяйка»

Необходимо из конверта собрать слово «Воздушная станция» и добежать к точке с этой надписью, там будут загадки, где за каждую отгадку они получают кусочек не достающего пазла.

Вы прибыли на «Воздушную станцию» для того что бы вам перейти на следующую станцию нужно отгадать загадки, за каждый правильный ответ вы получите кусочек пазла:

1. Летит, пищит, Ножки длинные тащит. Случай не упустит: Сядет и укусит. (Комар)
2. над головой- бескрайний шар голубой (небо)
3. Мой животик до отказа

Полон очень лёгким газом

Абсолютно без солярки.

Я окрашен очень ярко.(Воздушный шар:)

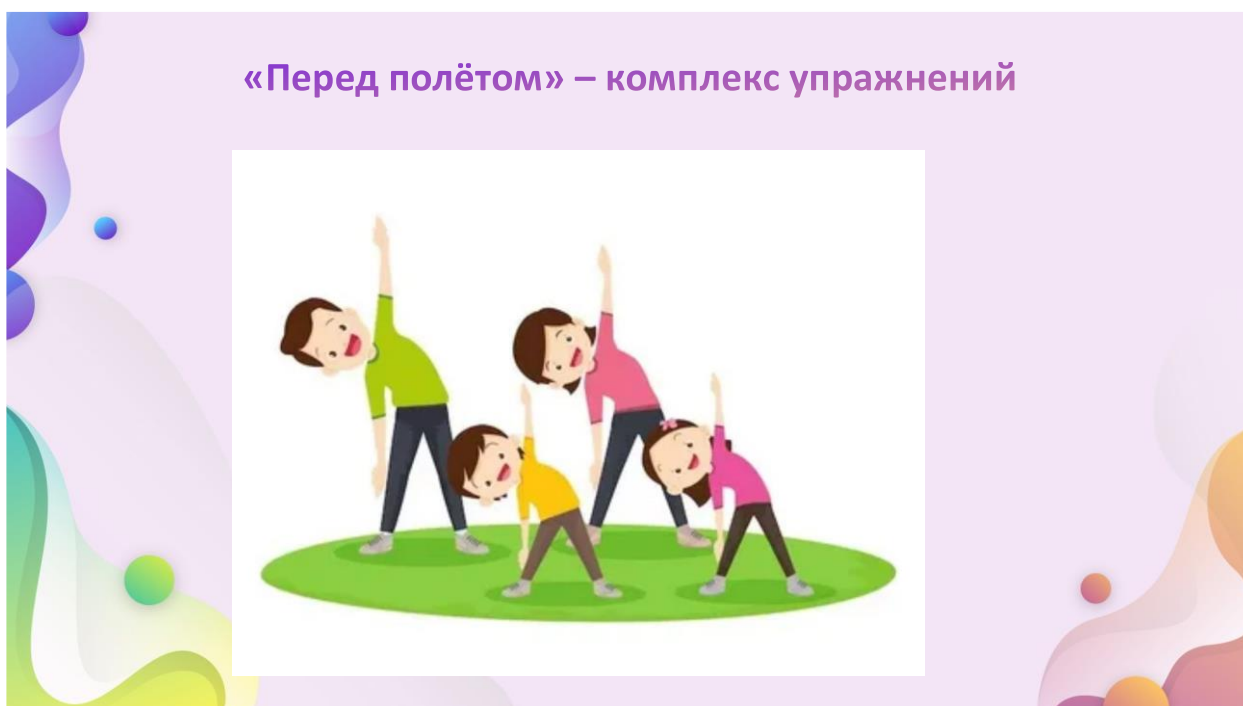
Переход на 2 станцию

Молодцы вы добрались до станции «Сбор Шара»

Для того что бы отправиться в полет, нужен транспорт , а именно воздушный шар. На этой станции вам необходимо его собрать. У вас уже есть некоторые части пазла из них вам необходимо собрать ваш летательный аппарат.

- Ух ты шар мы собрали, но почему он не летит? Надо скорее его запустить!

- Подождите, Комарики, нельзя так сразу в полет отправляться, надо сперва подготовиться к полёту



Комплекс упражнений, как подготовка к полёту и как раз разминка перед игрой.

1.Вращения руками

Встаньте ровно, ноги на ширине плеч. Начните одновременные вращения прямыми руками с небольшой амплитудой. Держите спину прямо, подтяните живот, корпус сохраняйте неподвижным. При выполнении вращений не размахивайте руками, темп должен быть размеренным.

2. «Ножницы» прямыми руками

Оставаясь в положении стоя, выпрямите руки перед собой, ладони направьте вниз. Спину держите прямо. Сохраняя напряжение в мышцах, выполняйте упражнение «ножницы» с небольшой амплитудой. Для этого разведите руки в стороны, а затем сведите перед собой с нахлестом, меняя руки попеременно.

3. Наклоны туловища в стороны

Данное упражнение позволяет развивать и сохранять гибкость позвоночника, косых мышц живота, зубчатых и межреберных. Стоя, поставив стопы по ширине таза, поднимите одну руку над головой и выполняйте максимальные поочередные наклоны туловища по 15-20 раз в каждую сторону.

4. укрепление косых мышц туловища.

Исходное положение - стойка ноги вместе, прямые руки в стороны.

1 - скручивание туловища вправо.

2 – исходное положение.

3 - скручивание туловища влево.

4 – исходное положение.

«Ручеек»

Эта старинная русская народная игра для детей популярна и в наши дни. Участники игры брались за руки, образуя пару. Несколько пар вставал друг за другом, высоко подняв сцепленные руки над головой. Игрок, у которого не было пары проходил по образовавшемуся «коридору» внутри «ручейка», выбирая симпатичного ему игрока. Вновь образовавшаяся пара перемещалась в конец ручейка. Игрок, который оставался один выбирал пару себе. «Ручеек» очень эмоциональная и веселая игра. В ходе этой игры можно было обозначить свои симпатии и повеселится от души.

Хороводная игра "Шарик"

Надуваем быстро шарик, (Дети расходятся, образуя круг.)

Он становится большой,

Вот какой! (Показываем руками.)

Вдруг шар лопнул -тсс (Сужаем круг к центру.)

Воздух вышел, (ручки верх.)

Стал он тонкий и худой. (Показываем ручками, какой стал шарик.)

Мы не станем горевать, (Качаем головой.)

Будем надувать опять.

Надуваем быстро шарик, (расходятся, образуя круг.)

Он становится большой,

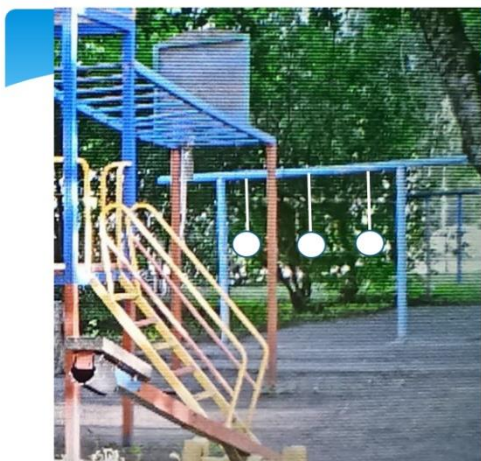
Вот какой!

"Вежа" народная казачья игра

Игроки, взявшись за руки, стоят в кругу.

Один из игроков начинает запутывать весь круг по ходу своего движения (можно переворачиваться, пролезать). Запутываются до тех пор, пока свободное движение не остановится. Другой игрок начинает запутанный "клубок" или "вежу" распутывать. При этом руки не расцепляются. Распутывание происходит до исходного положения. Необходимо надуть шар и отправить комариков в полет.

Комарики улетели, но давайте с вами нарисуем на асфальте мелками им послание чтобы они нас всегда могли найти.



**Белогорцева Виктория,
Войнова Светлана,
Козлитина Елизавета**

Дворовая площадка «Веселая поляна»

«Дети должны всегда иметь право на счастливое детство. Их время должно быть временем радости, временем мира, игр, учебы и роста» (Конвенция о правах ребенка)

Приглашаем всех на «Веселую поляну!»

Схематичное расположение станций:

- **1 станция - «Музыкальная»**
- **2 станция - «Загадкино»**
- **3 станция - «Математическая»**
- **4 станция – «Литературная»**
- **5 станция «Интеллектуальная эстафета»: «5 секунд»**
- **6 эстафета: «Шар за спиной»**
- **7 эстафета: «Попрыгунчик»**
- **8 эстафета: «Передача мяча»**

- **9 эстафета: «Канат»**

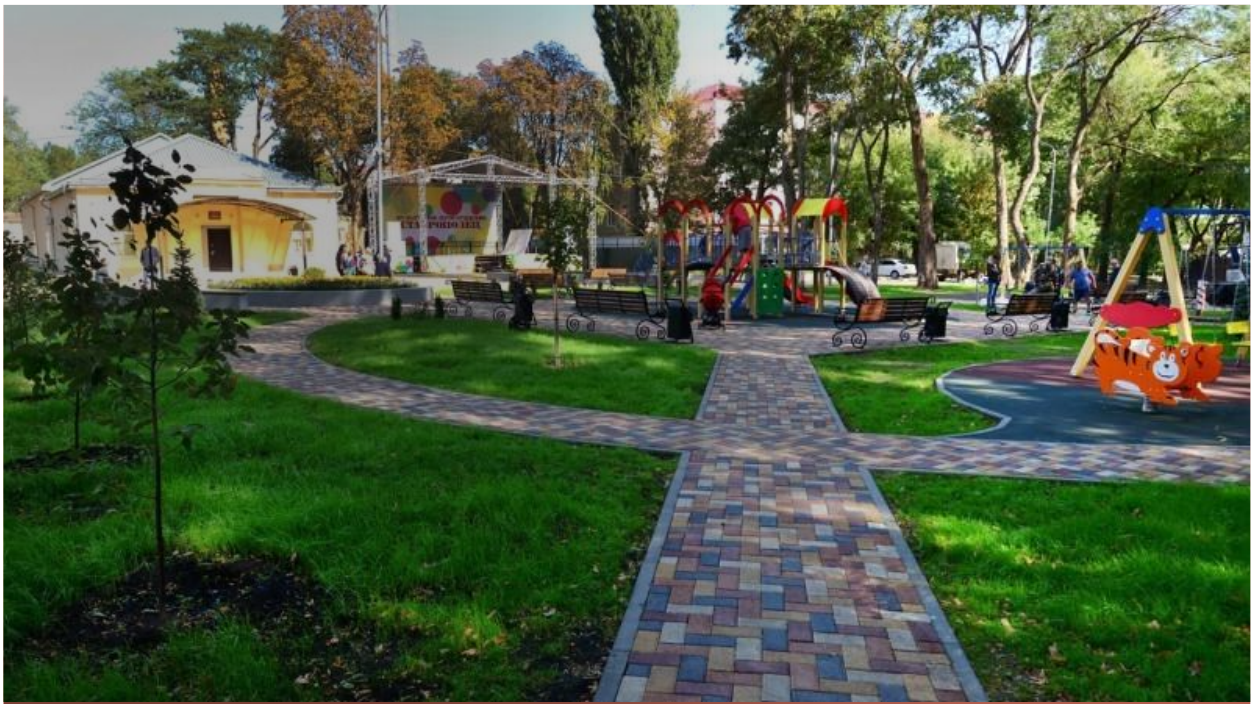
В игровых зонах, организованных рядом с многоэтажными домами, часто собираются дети разных возрастов. Они учатся взаимодействовать друг с другом и находить общий язык, придумывать совместные игры. Психологи утверждают, что даже если ребенок не хочет общаться с другими малышами на площадке, уже его пребывание там способствует его развитию. Пребывание на детской площадке улучшает двигательную активность и физическое развитие ребенка. В процессе игры он становится более ловким и сильным. У него укрепляются мышцы и связки, формируется правильная осанка, а также проявляется потребность в движении





Задачи:

- вызвать интерес у детей к выполнению спортивных заданий;
- формировать у детей осознанное отношение к своему здоровью;
- пополнять словарный запас детей новыми словами и терминами на тему ЗОЖ;
- знакомить детей с понятием - витамин, значением витаминов для здоровья;
- воспитывать чувство коллективизма и сотрудничества в условиях оздоровительной деятельности;
- развивать ловкость, выносливость, скоростные качества;
- организовать совместную деятельность детей с родителями



Бахта Екатерина,
Куделина Александра,
Сумин Даниил



- 1 станция «Спорт», в которую входят спортивные игры и игры с элементами спорта;
- 2 станция «Игра», где детям предлагаются отгадать загадки и ответить на вопросы викторины;
- 3 станция «Казачьи игры».





Игра «Выше ноги от земли»

Эту игру отлично проводить на такой площадке, ведь на ней много мест, куда можно присесть, запрыгнуть, или повиснуть на руках, подняв ноги.

- Правила:
- С помощью считалки или жребия участники выбирают водящего. Все остальные ребята разбегаются по площадке. Их задача – оторвать ноги от земли. Если игрок не дотрагивается до земли, осалить его нельзя. Задача водящего – поймать участника, 2.
- Прыжковая эстафета

Правила:

- Дети могут поделиться на две команды, после чего они выстраиваются на старте в колонны. По сигналу ведущего первые номера обеих команд прыгают на одной ноге к контрольному ориентиру, огибают его, возвращаются обратно, дотрагиваются до вторых номеров, а сами становятся в конец колонн. Вторые номера проделывают тот же путь и передают эстафету третьим, третьи — четвертым и т. д. Выигрывает команда, сумевшая раньше другой закончить игру.
- Далее игроки команд соревнуются в следующих эстафетах:
 - — передвижение прыжками, как лягушки;
 - — прыжки на одной ноге, со сменой ног у контрольного ориентира;
 - — прыжки боком;
 - — прыжки с зажатым между коленями мячом;
 - — передвижение прыжками на двух ногах;



- Болеть мне некогда, друзья, В футбол, хоккей играю я. И очень я собою горд, Что дарит мне здоровье... спорт
- Чтобы здоровье было в порядке, Не забывайте вы о ... зарядке

- Когда ударами ракетки Волан бросают через сетку Соперники из двух сторон, Все знают, это... бадминтон
- Два кольца, площадка, мяч. На очередной свой матч Собрались из разных школ Мы, сразиться в... баскетбол
- От ладони без оглядки Через сетку для посадки На, чужой команды, пол Мяч летит, то... волейбол
- Инсайд, голкипер, стоппер, бек, а также форвард и хавбек Играют, забивая гол В



1. Игра «Казак-разбойники»

Правила:

По жребию играющие делятся на две команды: первая - команда казаков, вторая - команда разбойников.

Разбойники разбегаются, чтобы спрятаться. Казаки же сначала выбирают место для заключения (темницу), куда они будут приводить отловленных разбойников. Место для заключения может быть любое приметное место: угол площадки, дерево и др.

И вот казаки идут искать разбойников. Последних нужно не просто найти и увидеть, но догнать и запятнать.

Отловленного разбойника казак отводит за руку или за рукав в темницу, причем пленный не имеет права вырваться. Но если казак почему-то разжал руку, то разбойник может убежать.

Со временем число разбойников в темнице увеличивается. Их охраняет казак-сторож.

Между тем разбойники могут выручать своих товарищей. Любого разбойника, увидевший, что казак ведет его товарища, вправе подбежать и запятнать казака. В этом случае тот отпускает пленного, и оба разбойника снова бегут прятаться.

Однако ловкий и расторопный казак может первым запятнать разбойника, подоспевшего на выручку, и тогда он поведет в темницу сразу двух пленников. Вызволять товарищей разбойники могут и из темницы. Для этого им нужно ухитриться запятнать пленного, находящегося под охраной казака-сторожа. Переловить разбойников — задача очень непростая, и порой ребята играют в эту игру несколько часов.

Казачьи игры



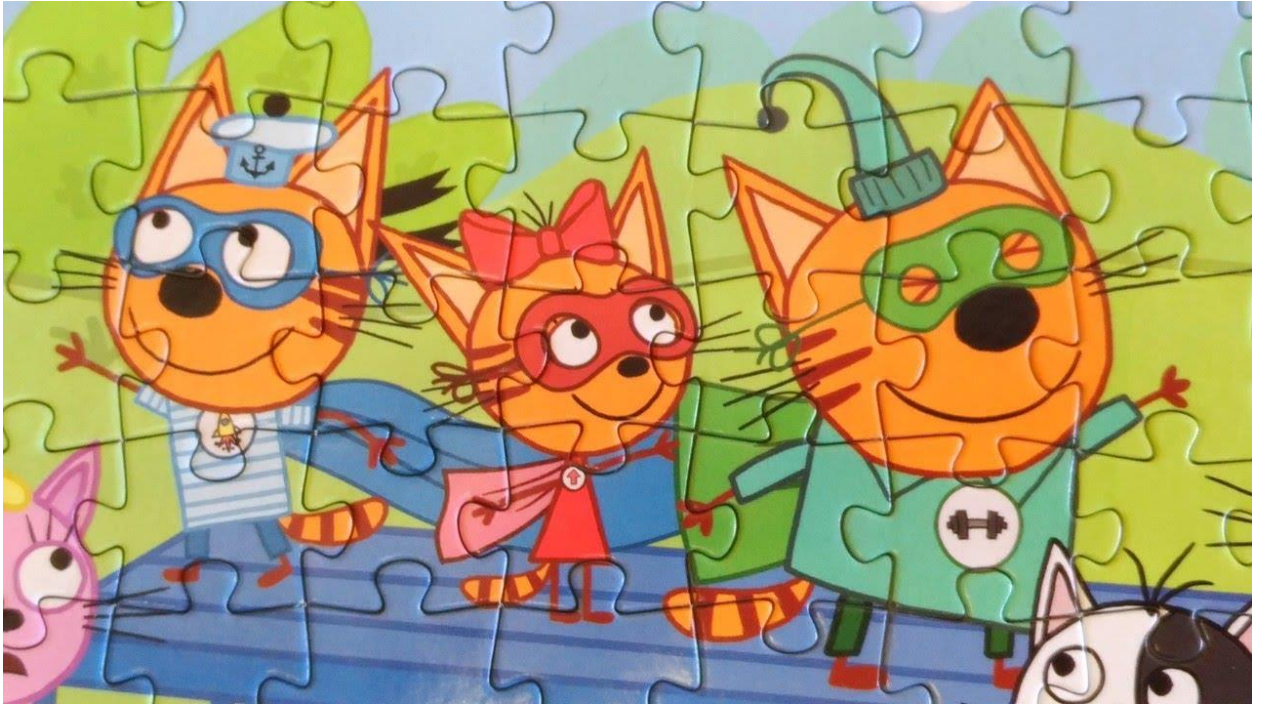
«Спортивная викторина»

В этой викторине каждой команде предстоит ответить на четыре вопроса. Каждая команда отвечает на вопрос по очереди.

1. Что надо делать по утрам, чтобы быть бодрым и здоровым? (зарядку)
2. Как зовут спортсмена, катающегося на коньках под музыку? (фигурист)
3. Сколько команд играют в хоккей? (2 команды)
4. Сколько человек в футбольной команде? (11 человек)

5. Как называется спортивный снаряд, которым спортсмены играют клюшками? (шайба)
6. Детский зимний транспорт? (санки)
7. Коньки на лето? (ролики)
8. Какие зимние виды спорта вы знаете (фигурное катание, хоккей, лыжный спорт)





Книга Алина,

Коломыцева Юлия

Спорт - это жизнь!

- Спорт нам плечи расправляет,
- Силу, ловкость нам дает.
- Он нам мышцы развивает,
- На рекорды нас зовет!



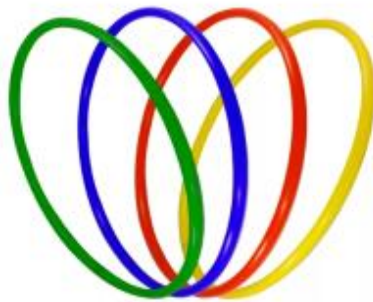


Станция 1

Загадочная"



Станция 2 Спортивная



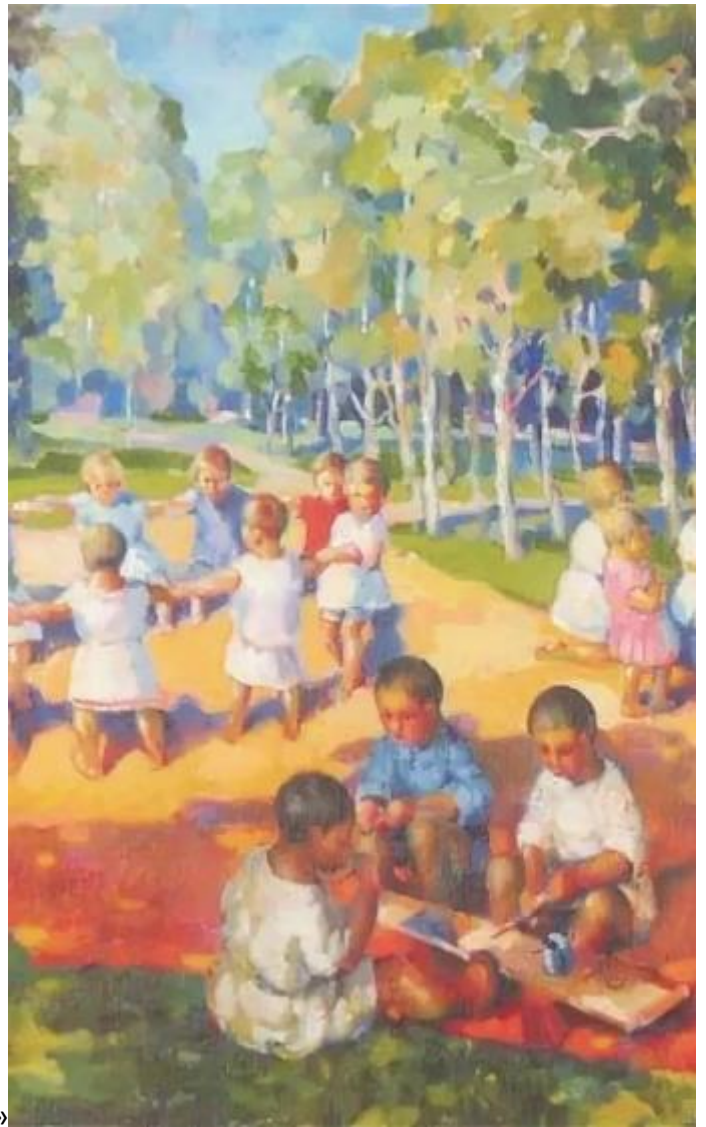


Станция 3

Мы – знатоки ЗОЖ



- Если хочешь быть здоров — Здоровый дух
- Кто спортом занимается, - Наши лучшие друзья
- Солнце, воздух и вода - А взамен получи здоровье
- В здоровом теле - - Закаляйся
- Отдай спорту время, - тот силы набирается



Станция 4 «Национальный Островок»

Станция 5 Творчество



Ерофеева Анна,
Лобачева Анна,
Магомедова Максалина,
Масюкова Юлия,
Тё Виктория





Детская площадка «Прыг-Скок»

- **Украинские игры**
- Украинские народные подвижные игры позволят не только развлечь детей, но еще и передать им традиции предков, познакомить их с забавами, которые были в ходу еще у его прапрабабушек и дедушек.





« Золотые ворота »

В этой игре двое игроков встанут друг напротив друга и, взявшись за руки, поднимают их вверх. Получаются «ворота». Остальные встанут друг за другом и кладут руки на плечи идущему впереди либо просто берутся за руки. Получившаяся цепочка должна пройти под воротами. А «ворота» в это время произносят: Золотые ворота

Пропускают не всегда!
Первый раз прощается,
Второй раз запрещается,
А на третий раз
Не пропустим вас!

После этих слов «ворота» резко опускают руки, и те игроки, которые оказались пойманными, тоже становятся «воротами». Постепенно количество «ворот» увеличивается, а цепочка уменьшается. Игра заканчивается, когда все игроки становятся «воротами».

Спортивная игра «Удочка»

Цель игры: развитие ловкости, координации движений.

Из общего числа играющих выбирается водящий. Остальные игроки встанут в круг диаметром 3—4 м.

Водящий становится в центр круга. У него в руках веревочка длиной 2 м с привязанным к концу мешочком с песком. Водящий вращает веревочку так, чтобы мешочек с песком летел над уровнем пола на высоте 5—10 см.

Каждый из играющих должен подпрыгнуть и пропустить летящий мешочек. Тот, кого водящий задел летящим мешочком, получает штрафное очко. Подсчитывается общее число штрафных очков после того, как мешочек совершит 8—10 полных кругов. Побеждает тот, кого веревочка ни разу не задела по ногам.

После смены водящего игра начинается сначала.



