**«Праздник спорта здоровья и хорошего настроения»**

**Время и место проведения** - Туристическая база «Уголёк».

Программа рассчитана на 2 часа.

**Возраст участников-** 11-13 лет.(ученики одного класса).

**Информация об игре.**

Праздник проводится в форме «игры-вертушки» с элементами верёвочного курса. Верёвочный курс имеет своей целью не столько научить, как преодолевать препятствия, сколько преподать его участникам много полезных уроков, включая искусство командной работы и лидерства.

Каждое упражнение создано таким образом, чтобы участники испытали определенные трудности в его решении, почувствовали "вкус борьбы" с ним. Заключение (анализ) каждого упражнения дает ребятам возможность увидеть, зачем они боролись, и что они могут сделать в жизни иначе, чтобы преодолеть подобные трудности более эффективным способом.

Участники, перед началом игры, делятся на 2 команды (путём жеребьёвки), придумывают названия своим командам и девиз. За выполнение задания группа получает определённое количество баллов. (7,8,9,10). И лидер группы отличившийся на этапе, получает отличительный знак лидера (Л).

.Выполняя упражнения, ребята получат ценный опыт сами. Работа ведущего - направить их на получение этого опыта. За выполнение заданий

**Цель игры** - предоставить возможность каждому участнику почувствовать себя значимой частью коллектива. Дать понять, что из личных достижений каждого складывается успешность класса.

**Расскажи мне обо мне.**

***Тренер Пугачёва Евгения Анатольевна.***

1 этап всей игры. Основная задача этого этапа- настроить участников на игру. Все становятся в круг и выполняют тренинговое задание. Каждый называет своё имя и на первую букву имени говорит прилагательное, характеризующее себя.

Второе задание: представить своего одноклассника, стоящего по правую руку всей группе в формате «Все знают, что (имя)... но мало кто знает, что он...». Например: «Все знают, что Вася любит собак, но мало кто знает, что у него чёрный пояс по каратэ». Факты могут быть самые разные, в том числе и относящиеся к школе; желательно обойтись без банальностей типа «Вася учится в нашем классе». Участникам даётся 2 минуты для того, чтобы побеседовать друг с другом, узнать

интересные факты и подготовиться к представлению.

Основная цель этого упражнения – создать позитивное настроение в начале занятия, помочь участникам наладить контакт друг с другом. Также, в заключение, можно подчеркнуть: учась вместе, мы узнаём друг друга не только с формальной стороны, и сразу замечаем, какие мы все разные, непохожие. Именно вот эта непохожесть, индивидуальность позволяет нам находить решение самых сложных задач и почувствовать себя дружным классом.

**Наши достижения.**

*Тренер- Скотинников Влад.*

- привет, меня зовут…………………………….. а как вас зовут (каждый называет имя , ударяясь о ладошку ведущего). А все вместе вы команда……………………………………. Закончился учебный год время возможности многому научится. Я даю вам 5 минут на обсуждение. Постарайтесь вспомнить свои достижения. Может быть кто-то прочёл книгу, освоил новый уровень в игре, нашел друзей, научился кататься на коньках, и ещё много чего интересного. А после истечении 5 минут, вы должны записать свои достижения на лист, а в рамочке оставить свои автографы. Время пошло.

Время на обсуждение закончилось. Выберите одного человека, который в течении 2 минут запишет ваши достижения на лист. Подошло время каждому из вас оставить автограф в рамке, будьте творческими.

Давайте встанем в круг, мне интересны ваши ощущения от воспоминаний о лете. Каждым достижением нужно гордиться. Из успехов каждого, складывается успех всего класса. Спасибо за работу. Удачи в выполнении заданий. Кто был явным лидером на этапе?

**Кочки**

*Тренер- Пилипенко Алина*

На игровой зоне размещены так называемые "кочки" - это могут быть и круги на асфальте и кирпичи и т.д. Задача участников - перейти с одной стороны поля на другое через это болото. Переходить участники могут только по кочкам, причем на кочке одновременно должны всегда находиться 2 ноги - человека спереди и следующего за ним. Исключение составляют только идущие в начале и в конце. Ведущий, первый игрок считает "И раз, и два..". Участники под счет должны одновременно переставлять ноги с кочки на кочку. За разрыв рук, касание пола за пределами кочек команда начинает снова.

*Последействие.* Давайте встанем в круг, мне интересны ваши ощущения от выполненного задания. Смогли бы вы справиться без помощи друзей. Кто был явный лидер на этапе?.

**Паутинка.**

***Тренер Штрыкуль Максим***

Исходные условия: между деревьями натянуты веревки в виде паутины. Расстояние между деревьями - 2,5 метра. Верхняя веревка - на высоте 1 метра над землей. Нижняя - на высоте 0,3 метра. Ячейки "паутины" такие, чтобы в них можно было каким-то образом пролезть участнику. Число ячеек на два - три меньше числа участников. Группа находится по одну сторону от "паутины".

Задание: пролезть всей группе сквозь "паутину" с одной стороны на другую. Ограничения:

сквозь одну ячейку может пролезть только один человек;

над "паутиной" и под ней могут пролезть два участника;

обходить "паутину" нельзя ни в ту, ни в другую сторону;

участник, который переправился на другую сторону, не может вернуться, обойдя паутину, и помочь команде;

нельзя касаться "паутины" (веревки);

при касании любым участником "паутины" (веревки) упражнение выполняется всей группой с самого начала.

**Примечание для ведущего:**

Использовать ячейки "Паутины" вторично разрешается, если участников больше чем ячеек, и только после того, как будут использованы все ячейки по одному разу.

*Последействие.* Давайте встанем в круг, мне интересны ваши ощущения от выполненного задания. Смогли бы вы справиться без помощи друзей. Кто был явный лидер на этапе?.

**«ААААА» или змеиная нора.**

*Тренер Чернышев Данил.*

На земле расчерчено поле из 20 – 30 клеток, в каких-то из них живут змеи. Где есть змея, знает только ведущий. Задача команды: пройти через поле, не наступив на змеиную нору.. Пробуют по одному. Когда участник нарывается на змею, ведущий говорит «ААААА!», участник сходит с пути, следующий начинает сначала.

*Последействие.* Давайте встанем в круг, мне интересны ваши ощущения от выполненного задания. Смогли бы вы справиться без помощи друзей. Кто был явный лидер на этапе?.

**Праздник каждый день.**

*Тренер Мадай Анастасия.*

- привет, меня зовут Настя, а как вас зовут (каждый называет имя , ударяясь о ладошку ведущего).

Настроение каково? У меня тоже отличное настроение. Я сейчас расскажу, чем мы сейчас с вами займемся.

Твистинг (по-английски "скручивание") - это создание фигур и скульптур из специальных шаров для моделирования и других шаров разной формы.

Из шариков можно смастерить все, что придет в голову, - гирлянды, цветы, животных, любимых персонажей и даже торт.

Это рукоделие очень популярно на Западе и в Америке, ау нас в России только начинает развиваться. Это веселое занятие развивает творческие способности детей и взрослых и находит применение на любом празднике. Я сейчас проведу мастер класс, по изготовлению из шаров СОБАЧКИ. Можете назвать мою станцию – СОБАЧКОДЕЛАНИЕ)))

(раздаёшь шарики, объясняешь технологию, у кого не получается, помогаешь).

Давайте проведём выставку собак. Для выставки каждый должен придумать имя своей собаке. Давайте встанем в круг и продемонстрируем своих собак. Я хочу предложить каждой вашей собачке громко пролаять мелодию любимой песни.

Спасибо за работу. Настроение каково? Удачи на следующих этапах.

**Пропасть.**

*Тренер- Кузнецов Иван.*

Команда становится в круг, или квадрат, нарисованный на земле.

Команде необходимо достать все предметы, не касаясь земли за границами квадрата. Каждый участник достает 1 предмет. Способ доставания предметов участники придумывают сами! Если участник касается земли (собою или предметом) либо вышел за границу этапа – все предметы кладутся обратно.

Время работы- 10 минут.

*Последействие.* Давайте встанем в круг, мне интересны ваши ощущения от выполненного задания. Смогли бы вы справиться без помощи друзей. Кто был явный лидер на этапе?.

**Кулинар шоу.**

*Тренер Алексеева .Екатерина*

Каждое дело творчески! Кто из вас любит бутерброды? А кто сам умеет делать бутерброды? А кто любит необычно оформленные бутерброды? Расскажите, кто из вас ел самый необычный бутерброд и как он выглядел?

Вам предстоит за 5 минут из предложенных продуктов сделать самый вкусный и самый необычный бутерброд. Ну и обязательно его презентовать.

(продукты- хлеб, огурец, колбаса, зелень, майонез, помидор)

*Последействие.* Давайте встанем в круг, мне интересны ваши ощущения от выполненного задания. Смогли бы вы справиться без помощи друзей. Кто был явный лидер на этапе?.пробовать бутерброд будем?

**«Танцуют все!»**

*Тренер- Пономарева Алина.*

Привет всем, меня зовут ……. Как настроение? Пока наши тренеры готовят процедуру подведения итогов, мы с вами немного потанцуем. Повторяйте движения за мной!!!!! Настроение каково? Какой класс самый дружный в городе? В каком классе самые умные и сильные мальчишки? А в каком классе самые красивые и умные девчонки?

2 танца.

**Подведение итогов.**

Всем поздравления за то, что справились с заданием, все молодцы.

(Чтобы получить грамоту, нужно двум командам сложить свои призовые бонусы)

Продолжением праздника является танцевальная программа с конкурсами на сплочение.