**Спортивное мероприятие «Отправляемся в поход» (1 – 4 классы)**

Цель:

* овладеть важными умениями длительной ходьбы с преодолением несложных препятствий;
* научиться ориентироваться на местности.

Ход мероприятия:

Ребята, сегодня у нас очень ответственное мероприятие – мы отправляемся в поход, к которому уже давно готовились. Вы должны знать и выполнять следующие важные правила на всём протяжении похода (строго подчиняться учителю), без разрешения не покидать место в походном строю, всегда быть готовым помочь товарищу, помогать слабым. Отряд наш будет называться «Следопыты».

Разминка:

Выше ноги! Стой, раз,два!

*(Ходьба на месте)*

Плечи выше поднимаем,

А потом их опускаем.

*(Поднимать и опускать плечи)*

Руки перед грудью ставим

И рывки мы выполняем.

*(Руки перед грудью, рывки руками)*

Мы присядем десять раз.

Мышцы не болят у нас.

*(Приседания)*

Десять раз подпрыгнуть нужно,

Скачем выше, скачем дружно,

*(Прыжки на месте)*

Мы колени поднимаем –

Шаг на месте выполняем.

*(Ходьба на месте)*

От души мы потянулись,

*(Потягивания, руки вверх и в стороны)*

И на место вновь вернулись.

2. Соревнования на туристической полосе с препятствиями.

Соревнуются команды.

* Метание мешочков в цель (3 попытки)
* Мышеловка.
* Переправа способом «Маятник»
* Переход через тоннель
* Передвижение через болото (по кочкам)
* Переправа по качающемуся бревну

3. Игра «Чувство времени»

Все строятся в одну шеренгу и им объясняется задание, затем предлагается разойтись на небольшой перерыв. Ровно через две минуты каждый должен вернуться и встать на своё место. Ведущий по часам отмечает время каждого и потом объявляет результат.

4. Игра «Знай наш лес».

Задания:

* Найти самое старое дерево
* Самое высокое дерево
* Самое красивое дерево

5. Игра «Кто лучше слышит?»

Играющим поочерёдно завязывают глаза и предлагают распознать звуки: удар по дереву, шелест листвы, плеск воды, голосов птиц, звуки насекомых и др. Победителем выходит тот, кто больше дал правильных ответов.

6. Игра «Учись различать запахи»

Для этой игры необходимо подобрать листочки растений. Можно добавить лук, небольшую веточку сосны и т.д. каждый образец поместить в баночку и закрыть крышкой. Играющие должны по запаху узнать, что это за растение.

Подведение итогов.