Виноградненский отдел МБУК ВР «МЦБ» им. М.В. Наумова

«Хочу стать чемпионом»

(спортивный квест)



Подготовила

ведущий библиотекарь

Мелихова Л.И.

п. Виноградный

2023 год

***Цель****: Развитие интереса к здоровому образу жизни, участию в спортивных и подвижных играх.*

***Задачи:***

* *прививать любовь к физкультуре и спорту;*
* *выявить индивидуальные способности детей, привить им стремление к физическому самосовершенствованию;*
* *приучить детей к здоровому образу жизни в игровой спортивной форме.*

**Ход игры:**

Все игроки разбиваются на 2 команды. Каждая команда получает маршрутные листы. Для проведения игры разработаны задания для 5 станций. Названия станций для прохождения испытаний даны в загадках. Командам необходимо разгадать загадку, чтобы определить место испытания. После выполнения заданий на каждой станции, команда получает слово, запечатанное в конверте. Выигрывает та команда, которая быстрее всех пройдет  все испытания, отгадает место расположения всех станций и соберет пословицу о спорте из полученных слов.

**Названия станций:**

**1. «Спортивная викторина»**

**Выберите правильный ответ.**  
1. Спортсмен, который ходит сидя.  
а) Шахматист; б) ходок; в) лыжник.  
2. Спортивный переходящий приз.  
а) Грамота; б) кубок; в) медаль.  
3. В каком виде спорта самый высокий старт?  
а) Парашютном; б) плаванье; в) прыжки с трамплина.  
4. В каком виде спорта спортсмены наносят друг другу уколы?  
а) Фехтование; б) бокс; в) хоккей.  
5. Без чего судья не может выйти на поле?  
а) Перчатки; б) флажок; в) свисток.  
6. Обувь футболиста.  
а) Кеды; б) бутсы; в) коньки.  
7. Что стремится установить спортсмен?  
а) Планку; б) рекорд; в) время.  
8. Как называется шест с лопастью для гребли?  
а) Палка; б) бита; в) весло.  
9. Спортивная игра, цель которой – забросить мяч в корзину?  
а) Баскетбол; б) волейбол; в) футбол.  
10. Боксерский корт.  
а) Стадион; б) ринг; в) поле.

**2. «Мы - команда»**

Всей командой построится по росту, 20 раз присесть, 5 прыжков на одной ноге, 7 прыжков на второй, 5 отжиманий. Командир командует и выполняет упражнения сам.

**3. «Только вперед!»**

Эстафета: Командир пробегает, прыгая через скакалку расстояние. Отложив скакалку, берет мяч, кидает в корзину. Если промазывает, обегает корзину 3 раза. Берет скакалку, возвращается обратно. Передает ее второму члену команды. И т.д.

**4. «Движение – жизнь»**

1. Чья команда дальше запрыгнет. Члены команд по очереди прыгают в длину с места. Каждый следующий начинает прыгать с места приземления предыдущего прыгуна. Выигрывает та команда, у которой большая общая длина прыжков.

2. В одну сторону игроки передвигаются прыжками с мячом, зажатым между колен. Обратно – взять мяч в руки и вернуться бегом.

3. Бег змейкой.

**5. «Меткий стрелок»**

Мишень и лук. Каждая команда стреляет из лука. Всей командой необходимо набрать 50 очков.

**«Финиш»**

**Команды распечатывают конверты и составляют пословицу о спорте – «Мы со спортом дружим, спорт нам очень нужен!»**

**Награждение команд.**

**Загадки:**

**«Меткий стрелок» – на этой станции спортсмен всегда занят этим…**

про него говорят:

«На тренировках каждый день  
Попасть старается в мишень.  
В мишень он в тире попадёт,  
В «десятку» сразу точно бьёт.»

**«Движение жизнь» – название этой станции состоит из 2 слов.**

Первое слово пропущено в стихотворении

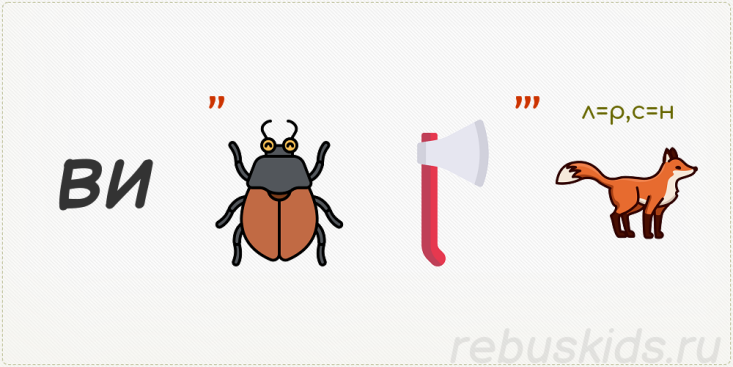
«Ноги и мышцы все время в ……… –  
Это не просто идёт человек.  
Такие вот быстрые передвижения  
Мы называем коротко – бег.»

Второе слово найдет тот, кто отгадает про что загадка

«Этим дорожат, невзирая на опасность, берегут, невзирая на трудности.» **Ответ** **Жизнь**

**«Только вперед!» – название этой станции отгадает тот, кто знает девиз любого спортсмена.**

**«Мы – команда» – название этой станции отгадает тот, кто расшифрует анаграмму: Мы – «маоакнд»**

**«Спортивная викторина» – название этой станции состоит из двух слов. Первое слово является однокоренным к слову «спорт», а второе вы узнаете, разгадав ребус:**

ВИ ЖУК ТОПОР ЛИСА

РИНА

**Маршруты команд:**

**1 команда – 1,5,4,2,3**

**2команда – 3,4,1,5,2**

**Источники информации:**

<https://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/zdorovyy-obraz-zhizni/2022/02/14/sportivnaya-viktorina-v-mire-sporta>

<https://infourok.ru/scenarij-sportivnogo-kvesta-v-1-4-klassah-bystree-vyshe-silnee-6644877.html?ysclid=lnn153domm839931488>

<https://rebuskids.ru/create-rebus>

<https://anagram.poncy.ru/?inword=команда&answer_type=2>

<https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/meropriyatia/stsienarii_sportivnoi_ighry_sportivnyi_kviest?ysclid=lnn1vhc63c537878701>