

Спортивный квест «Тропа испытаний»
в школьном оздоровительном лагере «Кленики»
воспитательно-оздоровительного учреждения образования
«Средняя школа д. Клейники им. Ю. В. Харитончика»
«Тропа испытаний»

Время и место проведения: «Средняя школа д. Клейники им. Ю. В. Харитончика»

Инвентарь: барьеры, фишки, обручи, набивные мячи, кегли, футбольные мячи, метательные круги, дартц.

Цель:

1. Пропаганда здорового образа жизни.
2. Развитие личности ребенка на основе овладения физической культурой.
3. Развитие физических качеств.

Ход мероприятия

1. Бег по прямой с набивным мячом.
2. Оббегание фишек змейкой.
3. Перепрыгивание барьеров.
4. Сбивание кегель мячом.
5. Метание кругов в цель.
6. Бег по кочкам.
7. Метание мячей в цель дартц.
8. Удары по мячу на точность в ворота (3 удара).
9. Ускорение по прямой.

Выигрывает ученик прошедший всю дистанцию за меньшее время с учетом штрафных баллов. За каждый штрафной балл участнику соревнования добавляется 5 секунд ко времени прохождения дистанции.