

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Дом детского творчества»
города Канаш Чувашской Республики

Рассмотрено:

на заседании педагогического совета
протокол № 3 от 28.05.2026г.

Председатель: Золотова Н.В.



Утверждено:
Приказ № 192
от «28» мая 2026г.

Директор:
Н.В.Золотова

Методическая разработка
игры на свежем воздухе для пришкольного лагеря
«Весёлые эстафеты: приключения на поляне»

Автор: Шакшина О.С.,
методист
МБУ ДО «Дом детского
творчества» г.Канаш

Возраст участников: 7–12 лет

Количество участников: 16–24 человека (делятся на 2–3 команды по 8–12 человек)

Место проведения: спортивная площадка или открытая поляна с ровным покрытием

Время проведения: 40–50 минут

Цель: развитие физических качеств (ловкости, быстроты, координации), командного духа и коммуникативных навыков.

Задачи:

совершенствовать двигательные навыки;
воспитывать чувство товарищества и взаимопомощи;
развивать внимание и реакцию;
создать позитивный эмоциональный настрой.

Необходимое оборудование:

-эстафетные палочки (по 2–3 на команду) или яркие флажки;
-6–9 обручей;
-2–3 больших мяча;
-2–3 маленьких мяча (теннисных);
-2–3 ложки;
-2–3 картофелины (или небольших мяча);
-мел для разметки;
-свисток;
-секундомер;
-призы для команд (грамоты, медали, сладости).

Ход игры

1. Подготовительный этап (5–7 минут)

*построение участников, объяснение правил;
*деление на команды (можно по цветным ленточкам, карточкам с животными/фруктами);
*выбор капитанов команд;
*придумывание названий команд и девизов (2–3 минуты на обсуждение);
*краткий инструктаж по технике безопасности.

2. Основная часть — эстафеты (30–35 минут)

Команды выстраиваются колоннами у стартовой линии. Побеждает команда, набравшая больше побед в отдельных эстафетах.

Эстафета 1. «Бег с эстафетной палочкой»

+первый участник бежит до конуса (15–20 м), огибает его и возвращается;
+передаёт эстафетную палочку следующему;
+побеждает команда, завершившая этап первой.

Эстафета 2. «Прыжки в обручах»

-на земле выложены 3–4 обруча на расстоянии 1–1,5 м друг от друга;
-участник прыгает из обруча в обруч на двух ногах;
-огибает конус и возвращается бегом;
-следующий игрок начинает после передачи эстафеты.

Эстафета 3. «Мяч в движении»

*участник катит большой мяч до конуса, огибает его, катит обратно;
*передаёт мяч следующему игроку;
*нельзя ронять мяч — если упал, поднять и продолжить.

Эстафета 4. «Картошка в ложке»

- +участник бежит с ложкой, в которой лежит картофелина (или мяч);
- +добегает до конуса, разворачивается и бежит обратно;
- +передает ложку следующему, стараясь не уронить «картошку»;
- +если уронил — поднять и продолжить бег.

Эстафета 5. «Передай мяч над головой»

- участники стоят в колонне друг за другом;
- первый передает мяч над головой второму, второй — третьему и т. д.;
- последний игрок бежит вперед и становится первым, продолжая передачу;
- игра идет 1 минуту, побеждает команда, сделавшая больше передач.

3. Заключительный этап (5–8 минут)

- подведение итогов, подсчет побед по эстафетам;
- награждение команд (грамоты за 1, 2, 3 места или медали «За ловкость», «За дружбу», «За скорость»);
- рефлексия: ведущий задает вопросы:
Что понравилось больше всего?
Какое задание было самым трудным?
Что помогло вашей команде победить?
общее фото на память.

Правила безопасности:

- перед началом игры провести разминку (5–7 минут): ходьба, бег на месте, наклоны, махи руками и ногами;
- убедиться, что площадка ровная, без ям и посторонних предметов;
- следить, чтобы дети не толкались и не бросали инвентарь;
- при признаках усталости или недомогания — дать ребёнку отдохнуть.

Рекомендации вожатым/педагогам:

- *поддерживать позитивный настрой, хвалить всех участников;
- *помогать детям, если они затрудняются с выполнением задания;
- *следить за соблюдением правил, но не быть слишком строгими — главное, чтобы детям было весело;
- *можно менять порядок эстафет или заменять некоторые задания в зависимости от погоды и условий площадки.