Додаток 2

до Регламенту проведення обласної

Гімназіади серед учнів закла

загальної середньої освіти

фізкультурно-оздоровчий захід

«CooI Games»

**Активності**

**обласної Гімназіади серед учнів закладів загальної середньої освіти**

**фізкультурно-оздоровчий захід «CooI Gamts»**

**2023/2024 навчальний рік**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. | Коти горошку | * фітбол 2 шт.; * маркер точки розвороту 2 шт. | * старт/фініш; * лінія руху; * точка розвороту наприкінці лінії руху. | Команди на старті/фініші.  Перед представником команди, який стартує першим – фітбол. | Першим стартує учасник з фітболом, долає відстань до опорної точки, штовхаючи фітбол, огинає її та повертається до старту/фінішу.  На старті/фініші передає фітбол наступному учаснику, при цьому вони повинні обидвоє торкнутися м’яча, і все повторюється.  Естафета закінчується, коли останній учасник команди пройшов весь маршрут та перетнув лінію фінішу. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |
| 2. | Конвеєр | * м’яч 2 шт. | * лінія розташування команди. | Команди вишиковуються в дві колони. Перед учасником, який стоїть першим, на підлозі установлений м’яч на однаковій відстані для кожної з команд. | За командою перший учасник підіймає м’яч, призначений своїй команді, з підлоги та передає його учаснику, який стоїть за ним.  Учасник команди, який замикає колону, отримує м’яч і запускає його по землі між ногами учасників своєї команди в напрямку до початку строю, а сам одночасно рухається вздовж колони до її початку.  Під час прокатування м’яча підлогою, кожен з учасників команди має право спрямовувати його.  Перший учасник колони ловить м’яч і передає в руки учаснику, який віддав цей «пас» та завершує рух від кінця колони до її початку.  Цей учасник очолює колону спиною до неї і знову передає м’яч.  Все повторюється.  Естафета закінчується, коли учасник, який починав її в команді, віддає пас, повертається в голову колони, отримує м’яч і підіймає його над головою. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |
| 3. | Коти горошку слалом | * фітбол 2 шт.; * стійки для слалому 5 шт.; * маркер точки розвороту 2 шт. | * старт/фініш; * лінія руху; * по лінії руху виставляються стійки для слалому; * точка розвороту наприкінці лінії руху. | Команди на старті/фініші.  Перед представником команди, який стартує першим – фітбол. | Першим стартує учасник з фітболом, долає відстань до опорної точки, штовхаючи фітбол та огинаючи кожну стійку для слалому, огинає опорну точку та повертається до старту/фінішу таким самим способом – огинаючи стійки.  На старті/фініші передає фітбол наступному учаснику, при цьому вони повинні обидвоє торкнутися м’яча, і все повторюється.  Естафета закінчується, коли останній учасник команди пройшов весь маршрут та перетнув лінію фінішу. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |
| 4. | Ткач | * естафетна мітка[[1]](#footnote-1) 2 шт.; * «острівець» –обруч 2 шт. | * старт/фініш; * лінія руху, яка завершується «острівцем». | Команди шикуються на старті/фініші в колону.  Учасник кожної команди займає місце в «острівці».  У представника команди, який стартує першим, в руці – естафетна мітка. | За сигналом учасник стартує, передає естафету партнеру в острівці та займає його місце.  Учасник, який був в острівці, після «звільнення» передає естафету партнеру, що стоїть на старті/фініші.  Останній учасник не залишається в «острівці», обидва повертаються та перетинають лінію фінішу разом.  Естафета зупиняється, коли коли фінішує останній учасник команди. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |
| 5. | Ягоди | * відра 2 шт * м’ячики 10 шт * маленькі кільця розміру блюдця – 10 шт. | * старт/фініш; * лінія руху; * точка розвороту наприкінці лінії руху, позначена маркером; * вздовж лінії руху в одну лінію викладаються кільця. | Команди на старті/фініші.  У представника команди, який стартує першим, в руці –– відро, наповнене м’ячиками. | За командою перший учасник стартує, викладає м’ячики по одному в кожне кільце, огинає точку розвороту та повертається на старт/фініш.  На старті передає відро наступному учаснику. Той так само долає відстань, але збирає м’ячики, розкладені попереднім учасником.  Естафета закінчується, коли останній учасник команди пройшов весь маршрут та перетнув лінію фінішу. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 6. | Гулівер | * гімнастичні палиці 2 шт. | * старт/фініш; * лінія руху. | Команди на старті/фініші. | За командою перший учасник команди без розбігу робить стрибок. На рівні з носками його взуття кладеться гімнастична палиця.  Наступний учасник заміняє колегу по команді таким чином, щоб його носки взуття також торкнулися палиці, палиця забирається суддею і учасник робить стрибок.  Естафета закінчується тоді, коли кожен учасник команди зробить свій стрибок. | Перемагає команда, яка таким чином пройшла найбільшу відстань. |
| 7. | Не спіши, щоб встигнути | * повітряні кульки – 3 шт на команду; * ракетка 2 шт.; * маркер розвороту. | * старт/фініш; * лінія руху; * точка розвороту наприкінці лінії руху. | Команди розташовуються на старті/фініш. У першого учасника в руках – повітряна кулька та ракетка. | За командою учасник стартує і рухається вздовж лінії руху до точки розвороту, підштовхуючи кульку ракеткою, огинає точку розвороту та повертається на старт/фініш.  Заборонено тримати кульку. Дозволено лише штовхати.  На старті/фініші учасник передає кульку наступному члену команди і все повторюється.  Естафета закінчується, коли останній учасник команди перетинає лінію фінішу. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |
| 8. | Флеш | * естафетна мітка 2 шт.; * маркер точки розвороту 2 шт.; | * старт/фініш; * лінія руху; * точка розвороту наприкінці лінії руху, позначена маркером. | Команди на старті/фініші.  У представника команди, який стартує першим, в руці – естафетна мітка | «Флеш», в русі з тенісним мячем долає дистанцію по завершенню передає єстафету іншому учаснику. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 9. | Флеш-слалом | * естафетна мітка 2 шт.; * маркер точки розвороту 2 шт.; * стійки для перешкод 16-20 шт. | * старт/фініш; * лінія руху; * вздовж лінії руху розставляються перешкоди; * точка розвороту наприкінці лінії руху, позначена маркером. | Команди на старті/фініші.  У представника команди, який стартує першим, в руці – естафетна мітка. | Як у «Флеш», в русі учасник повинен пройти між всіма перешкодами. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |
| 10. | Класики | * обручі 10 шт. | * на підлозі викладаються «класики» – дві фігури різного кольору, утворені з обручів рядами по одному і два обручі в ряд почергово. * фігура починається та завершується одним обручем. | Команди збираються біля своїх «класиків».  Учасник, що виступає першим, стоїть на початку фігури, інші учасники – довільно. | За командою учасник стартує і стрибками долає «класики» таким чином, щоб наступити ногами в кожний обруч, після проходження всієї фігури, з останнього обруча не розвертається і проходить класики в зворотньому напрямку спиною вперед.  Якщо під час руху учасник торкається обруча, він повинен повернути його у вихідне положення, якщо він зсунув обруч, або торкнутися його рукою, імітуючи відновлення положення, якщо обруч не зсунувся з місця.  Після завершення він торкається руки наступного учасника – передає естафету. Все повторюється.  Естафета закінчується, коли останній учасник команди пройшов весь маршрут та перетнув лінію фінішу. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |
| 11. | Біг джамп | * фітбол з ручками 2 шт.;   маркери точки розвороту 2 шт. | * старт/фініш; * лінія руху;   точка розвороту наприкінці лінії руху, позначена маркером. | Команди шикуються на старті/фініші.  Представник команди, який стартує першим, сидить на фітболі. | За командою учасники рухаються стрибками на фітболах вздовж лінії руху, огинають точку розвороту та повертаються на старт/фініш.  Після перетину фінішу учасник передає фітбол іншому учаснику.  Естафета закінчується, коли останній учасник команди пройшов весь маршрут та перетнув лінію фінішу. | Перемагає команда, яка першою завершила естафету. |
| 12. | Черепаха | * гімнастична палка; * товстий обруч * мітка завершення руху. | * старт/фініш; * лінія руху; * точка розвороту наприкінці лінії руху, позначена маркером. | Команди на старті/фініші.  У представника команди, який стартує першим, в руці –палиця, якою він торкається землі і притримує обруч, в якому лежить м’яч. | За командою перший учасник кожної команди стартує, веде гімнастичною палицею обруч, в якому лежить м’яч до точки розвороту, огинає її і таким самим чином повертається до команди. Там передає обруч наступному учаснику.  Все повторюється.  Естафета завершується, коли вся команда подолала маршрут та останній учасник пересік фініш. | Перемагає команда, яка фінішувала раніше за команду-суперника. |
| 13 | Хватько | * тенісна ракетка; * тенісний м`яч. | * старт/фініш;   лінія руху, яка завершується. | Команди шикуються на старті/фініші в колону. | За сигналом учасник стартує, біжить по дистанції оббігає фішку, по завершенню дистанції передає ракетку з м`яче іншому учаснику передає естафету партнеру в острівці та займає його місце. Команда яка перша завершила стає переможцем. | Перемагає команда, яка фінішувала раніше за команду-суперника. |
| 14. | Великі складнощі |  |  | Команди шикуються на старті/фініші в колону. | Два учасника тримають м`яч-фітбол в руках і врусі долаючи дистанцію передають одночасно м`яч-фітбол один одному, оббігіють фішку і рухаються у зворотньому напрямку. | Перемагає команда, яка фінішувала раніше за команду-суперника. |
| 15. | Великі складнощі варіант - 2 |  |  | Команди шикуються на старті/фініші в колону. | Два учасника біжать по дистанції тримаючи м`яч-фітбол плечем, оббігають фішку і на фініші передають м`яч-фітбол наступним учасникам. | Перемагає команда, яка фінішувала раніше за команду-суперника. |

1. [↑](#footnote-ref-1)