День здоровья (турслёт)

 Программа соревнований

1)9:30-прибытие команд (у школы), регистрация.

2)9:45 – общее построение

3)10:00 – организованный поход на Цветущую поляну

 4) 10:30 – размещение команд.

 5)11:00 – построение, поднятие флага ,сдача рапорта и девиза , раздача маршрутных листов , ознакомление с программой турслёта.

 6)11:00-12:00 – прохождение этапов.

7) 12.15-конкурс капитанов.

8)12.30-перетягивание каната.

9)13.00-приготовления обеда.

10)14.00-подведение итогов, награждение победителей.

11)15.00-закрытие турслёта , спуск флага

Полоса препятствий:

1 этап

**Прохождение «болота»по»кочкам».**

 Участок преодолевают по «кочкам»-вкопанным в землю деревянным чуркам длиной 0,5 м и диаметром 15-20 см. Над землей торчит «кочка» 10-12 см, таких 20 штук, расположенных в длину хаотично на расстоянии 70-100 см друг от друга, прохождение всех «кочек» не обязательно, за срыв-штраф.

2 этап

**Прохождение по бревну.**

 Устанавливается бревно длиной 1,5 метра, над землей 30-40 см. Задача не упасть с бревна.

3 этап

«**Мышеловка»**

 Проволочное заграждение, длина 4-5 метра, ширина 1 метр, высота 0,4 метра. Проволока натянута вдоль, поперек и крестообразно с боков и сверху. На проволоке попарно подвешены пустые консервные банки. Задевание вызывает звон. Одно касание- штраф. Задача -проползти под «мышеловкой» по-пластунски, не задевая проуволоку.

Учитывать время этих этапов.

**Водоносы:**

 Игра проводится на берегах, на крутом берегу с подходящим откосом для подъема и спуска без помощи. Наверху откоса ставится ведро ( котелок). У игроков – кружки. По команде игроки бегут к воде, черпают и несут на гору в свое ведро.

Варианты:

 Команда выстраивается цепочкой и передает кружки вперед-назад одновременно. Все Движутся одновременно, всячески мешая друг другу.

**Переноска раненых:**

 На команде «Марш!» капитан сажает на спину сзади стоящего и несет его за свой поворотный флажок, ссаживает, сам остается, а тот бежит за «пострадавшим», несет его за поворотный флажок и т.д. Побеждает команда быстрее выполнившая задание.

**Маятник:**

 На трапеции или надежном сучке дерева на высоте 6-7 метров крепится веревка, не достающая до земли 1,5 метра. На земле отмеряется 5-7 метров расстояние по ходу амплитуды «маятника» и ограничивается порожком мела.

 Задача – используемая «маятник» форсировать преграду. Заступы штрафуются.

**Забей гол:**

 Устанавливаются ворота, размером 1х1,5 м, отмеряется от ворот 7 м. и обозначается условными знаками (флажком). Задание: забить как можно больше голов. У каждой команды 20 ударов, без учета времени. Команда определяет сама, кто бьет. Считаются все мячи, попавшие в створ ворот.

**Конкурс песен, девизов, стихов о спорте, туризме.**

Дорога не для наших иномарок

Нас привела сюда на склоне дня.

И, как оазис путнику, в подарок –

Большой ковер зеленого огня.

Палаток разноцветных строй у леса,

И легкий струн гитарных перезвон.

Здесь нет ни НТК, ни МТСа,

Лишь вон у той березки Мегафон.

В палатке не страшны ни дождь, ни ветер.

И пусть со скал спускается туман.

Как здорово, что есть на белом свете

Великий, но не Тихий океан.

А впереди нас ждут соревнованья,

И кто-то будет первый, кто – второй.

Но ни к чему нам разочарованья,

Коль не получим кубок золотой.

Сегодня у жюри работы много,

Ведь сильных и талантливых не счесть.

Вы не судите нас излишне строго –

Призы давайте все, какие есть.

А мы за это вам покажем шоу

Веселья, спорта, песни и любви.

И, если вам понравится, то снова

Мы это там, где надо, повторим.

Окончен бал и ярмарка палаток

Покинет этот райский уголок.

И на прощанье, как-то виновато,

Костра моргнет пследний уголек.

Не ждут семья, работа, город шумный,

Ведь им без нас, а нам без них нельзя.

Желаем Вам, чтоб души были юны,

Удач и счастья в жизни Вам, друзья!

 Турист

Кто-то ходит ночью тихо-тихо

Там внизу подо мной

Или это просто бродит вихрь

За моей стеной?

Кто вчера подслушал слово в слово

То о чем я мечтал

Кто так хочет сно-о-ова

Чтобы я не спал?

 Мне друзья говорили это турист

Кто мне утром портит дело

Кто будит меня

Кто хочет чтобы не хотела

Меня по утрам жена?

Кто мне утром прячет солнце

Кто со мной грустит целый день

Кто там так похож на японца

В зеркале или это тень?

 Мне друзья говорили это турист.

Как мне дальше жить в этом доме

Зачем разбирать кровать

Зачем я деньги экономил

Если их могут отнять?

 Куда теперь идти мне не знаю

 Жена говорит идем в кино

 Но я ее совсем не понимаю

Я молча смотрю в окно

Все кругом говорят появился турист

Все кругом говорят ходит турист.

 Изгиб гитары желтой

Изгиб гитары желтой ты обнимаешь нежно,

Струна осколком эха пронзит тугую высь,

Коснется купол неба большой звездоснежный,

Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались…

 Как отблеск от заката костер меж сосен пляшет,

Ты что грустишь, бродяга? А ну-ка улыбнись!

И кто-то очень близкий тебе тихонько скажет:

«Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались…»

Но все же с болью в горлемы тех сегодня вспомним,

Чьи имена как раны на сердце запеклись,

Мечтами их и песнями мы каждый вздох наполним…

Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались.

 Песня о туристах

Туристов тьма на свете разных

Один блондин, другой брюнет.

Тот пешеходник, этот водник,

А этот просто дармоед.

Туристом быть не шутка в деле.

Не каждый сможет так суметь,

Рюкзак тащить на хилом теле,

Помалу есть, помногу петь.

Припев: И всех нас одно объединяет,

То, что важней всего

Туристам нас называют,

Туризм – это племя одно.

Всегда турист по горло занят,

Всегда не чесан и не бонт,

Всегда в пути не унывает

Всегда отличный аппетит.

В позод пойти как будто просто,

Лишь только стоит захотеть.

Но это вам не к теще в гости,

Тут надо голову иметь.

Припев.

 А все кончается

Припев:

А все кончается, кончается, кончается,

Едва кончаются перрон и фонари.

Глаза прощаются, надолго изучаются –

 И так все ясно – слов не говори!

А голова моя полна бессонницей ,

Полна тревоги голова моя.

И как расти не может дерево без солнца.

Так я не могу я жить без нас, друзья!

Спасибо вам – не подвели, не дрогнули,

И каждый был такой ,каким он был…

Ах, дни короткие за сердце тронули –

Спасибо вам , прощайте говорим!

Мы по любимым разбежимся и по улицам,

Наденем фраки и закружимся в толпе -

А если сердце заболит, простудится,

Искать лекарство будем не в себе.

Мы будем гнуться, но, наверно, не согнемся мы,

Не заржавеют в ножках старые клинки,

И мы когда-нибудь сюда еще вернемся,

И будем зваться просто старики…

Припев.

ВОТ И НОЧЬ У КОСТРА

Скоро ночь, у костра есть и чай и тепло и табак.

Ветер трогает струны, аккорд не построить ни как.

Пляшут тени огня по шершавым , гудящим стволам,

Наши песни друзья,

Наши песни друзья,

Наши мысли друзьям,

Все – друзьям.

Ты послушай, дружище, нам рано гитары чехлить,

Мы своё не сказали, а страшно одно: Не дожить.

И пока наше слово не лживо, и служит сердцам

Наши песни – друзья,

Наши песни – друзья,

Наши мысли – друзьям,

Всё друзьям.

МИЛАЯ МОЯ

Всем нашим встречам разлуки, увы суждены.

Тих и печален ручей у янтарной сосны.

Пеплом не смелым подернулись угли костра:

Вот и окончилось всё – расставаться пора.

Припев: Милая моя. |

Солнышко лесное. | 2 раза

Где в каких краях |

Встретимся с тобой? |

Крылья сложили палатки, их кончен полёт,

Крылья расправил искатель разлук – самолёт,

И потихонечку пятится трап от крыла –

Вот уж действительно пропасть меж нами легла.

Припев.

Не утешайте меня, мне слова не нужны,-

Мне б разыскать тот ручей у янтарной сосны,-

Вдруг сквозь туман там краснеет кусочек огня ,

Вдруг у огня ожидают, представьте, меня

Припев.

ПЕРЕВАЛ

Как это не легко – переживать покой,

Осознавать, что ты на всюду позабыл,

А где-то далеко за каменой грядой

Друзья тебя зовут с собой на перевал.

Им трудно без тебя, А ты сегодня хмур,

Как будто, оробев, ты правды не сказал,

А пальцы теребят лавинный красный шнур,

Который друг тебе на пояс повязал.

Над перевалом вновь закружится пурга,

Но если рядом друг, тебе во всем зезет.

Пусть для тебя готов заснеженный курган,

Поверь мне, он еще немного подождет.

А может, вовсе нет заветного руна,

И в суматохе дней упущен верный путь.

Но где-то есть во мне звенящая струна,

Которая теперь мне не дает уснуть.

Никто не устоит перед судьбой такой:

Надеяться и ждать, чтоб снова день настал,

Когда друзья твои за каменной грядой

Вернуться покорить не взятый перевал.

ЛЮДИ ИДУТ ПО СВЕТУ (Стихи И.Сидоровой)

Люди идут по свету…

Им вроде не много надо-

Была бы прочна палатка,

Да был бы не скучен путь!

Н с дымом сливается песня,

Ребята отводят взгляды,

И шепчет во сне бродяга

Кому-то: «Не позабудь!»

Они в городах не блещут

Манерой аристократов,

Но в чутких высоких залах

Где шум суеты затих,

Страдают в бродячих, душах

Бетховенские сонаты

И светлые песни Грига

Переполняют их.

Люди идут по свету.

Слова их порою грубь.

-Пожалуйста…извините…

С усмешкой они говорят.

Но грустную нежность песни

Ласкают сухие губы,

И самые лучшие книги

 Они в рюкзаках хранят.

Выверен старый компас,

Получены карты и сроки,

Выштопан на штормовке

Лавины предательских след.

Счастлив, кому знакомо

Щемящее чувство дороги.

Ветер рвет горизонты

И раздувает рассвет.

Вожатая лирическая

Когда шумят ночные сосны,

И в небе бродит диск луны,

Осенний ветер медоносный

Мальчишкам навевает сны.

А нам с тобой никак не спится,

И ,уложив своих ребят ,

Идем-бредем ,как говорится,

Куда глаза глядят.

Пичужек сонных бормотанье

И шелест листьев впереди.

Ты прибежала на свиданье,

А галстук не сняла с груди,

И вьются уголочки шелка

У алых губ твоих опять,

И не решусь я долго-долго

Тебя поцеловать.

Хочу с усталости прилечь я,

Прижавшись ласково у ног.

Доносит песню из заречья

Осенний ветер-ветерок.

Дурманом трав настоян воздух

И эта песня в вышине,

И все задумчивые звезды

Близки тебе и мне.

Вальс в ритме дождя

Солнца не будет , жди- не жди,

Третью неделю льют дожди.

Третью неделю наш маршрут

С ясной погодой врозь.

 Словно из мелких-мелких сит

 Третью неделю моросит.

 Чтоб не угас у нас костер,

 Веток подбрось.

В мокрых палатках спят друзья,

Только вожатым спать нельзя,

Сосны качаются в ночи

Словно орган звучит.

 А у костра не сесть,не лечь,

 Как не устанет дождик течь.

 Слушай,давай станцуем вальс

 В ритме дождя.

В небе не виден звездный свет,

В небе просвета даже нет.

А под ногами не паркет,

А , в основном вода.

 Но согревает нынче нас
 Этот смешной вожатскй вальс,
 И вопреки всему горит

 Наша звезда.

Завтра нам снова в дальний путь.
Ты эту песню не забудь
А передай ее друзьям
Так , как запомнил сам
 Собраны наши рюкзаки
 Стянуты крепче ремешки,
 Снова нас будет дождик сечь
 Словно картечь.

ПРО ДРУГА

Если радость на всех одна,
На всех и беда одна.
И в море встает за волной волна
И за спиной спина.
Здесь ,у самой кромки бортов,
Друга прикроет друг.
Друг всегда уступить готов
Место в шлюпке и круг.

Его не надо просить ни о чем,
С ним не страшна беда.
Друг мой –третье мое плечо -
Будет со мной всегда.
Ну а случилось ,что друг влюблен,
А я на его пути,
Уйду с дороги, таков закон:
Третий должен уйти.

Отрядные названия и девизы

Название : Добрые дети
Девиз : Пусть родители от нас отдохнут!

Название : АнтиЭмо
Девиз : Мы не эмо, мы не готы.
Мы простые обормоты!

Название команды : Спортсмены.
Девиз : Приходим ,чтобы победить ,уходим потренироваться.

Название команды : 10 килобайт.
Девиз : Пока вы считаете мы побеждаем.

Название команды : Веники
Девиз : Эники, беники ,всех обыграют веники

Название команды : Энергия
Девиз : Соперники знают – энергия, всегда побеждает

Название команды : Экстрим
Девиз : Всех задором заразим

(по имени капитана)
Название команды : …. и друзья
Девиз : Вместе мы команда!

Название команды : Знатоки
Девиз : Ум в спорте не помеха ☺

 Название команды : Маркеры
Девиз : Мы пишем историю своих побед

Название команды : Водопад
Девиз : Кто не ходит в детский сад – болеют все за водопад

Названия и девизы от Ксении
Девиз : Волна всегда идет вперед,
Волна нигде не отстает,
С волною окунись в мечты
И не забудь их ты!!

Название команды : Алый парус
Девиз : Ветер дует в паруса,
Юность верит в чудеса!!!
Названия и девизы команд

Веснушки- если хочешь быть в веснушках, через сито загорай.

Команда 33 – я, ты, он, они- вместе будет 33,

прометей – не пепел, а пламя, несем за плечами.

Дружный- все за одного, один за всех,
Тогда в команде будет успех.

Костер – гореть, не тлеть и все уметь!

Пингвин – ешь побольше витамин,будешь толстым,как пингвин.

Чайка - крылья