



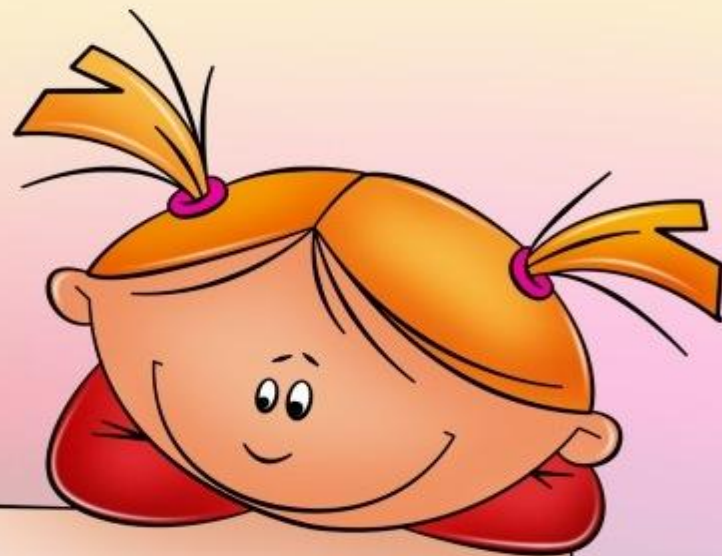
ЮЗГУ



Спортивная квест-игра «Маршрут здоровья»

АВТОР ПРОЕКТА: СЕРГЕЕВА АНАСТАСИЯ СЕРГЕЕВНА,
СТУДЕНТКА ЮГО-ЗАПАДНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА,
АКТИВИСТ СВАД «СТУДКОНТРОЛЬ»

КУРСК, 2019



**Что же это за проект?
И с чем его едят?**

Актуальность проекта

Во время проведения спортивной квест-игры «Маршрут здоровья» все его участники оказываются вовлеченными в процесс игры, они имеют возможность понимать, рефлексировать и осуществлять поиск варианта решения задачи. Совместная деятельность молодого поколения в ходе квест-игры, позволяет каждому вносить свой индивидуальный вклад, обмениваться знаниями, идеями, способами деятельности.

Цель проекта:

Популяризация основ здорового образа жизни среди подрастающего поколения



Задачи проекта:

- **Формирование установки на ведение и активную пропаганду здорового образа жизни;**
- **Повышение двигательной активности подростков;**
- **Профилактика вредных привычек;**
- **Развитие физических и психических качеств подрастающего поколения.**



Содержание проекта

Для участия в квесте создается команда из 6 человек, включая капитана. Участники квеста придумывают название и девиз команды, которые они озвучивают на общем сборе, после чего всей командой проходят этапы.

В самом начале ведущий говорит вступительное слово, далее информирует о правилах прохождения квеста, знакомится с командами, раздает маршрутные листы капитанам и дает официальный старт квеста.

Содержание проекта

Квест состоит из 6 разнонаправленных этапов разной сложности. На выполнение задания выделяется по 7 минут на каждый этап. В ходе игры команды проходят данные этапы согласно маршрутному листу. На каждом этапе стоит трекер (ведущий), который следит за правильным выполнением задания, а также выставляет баллы за пройденный этап.

Этапы квест-игры:

- **1 этап – «Библиотека»**
- **2 этап – «Голос»**
- **3 этап – «Угадай-ка»**
- **4 этап – «Готов к труду и обороне!»**
- **5 этап – «Быстрее, выше, сильнее»**
- **6 этап – «Кибербезопасность»**



Содержание проекта

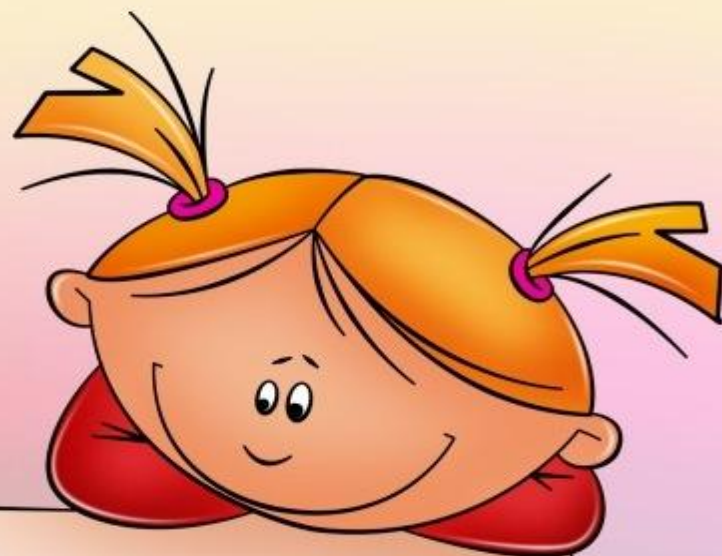
В финале Квеста все команды собираются в одном месте, где проводится финальное задание. Во время подведения итогов, предполагается выступление творческих коллективов (10 минут), а после объявляются результаты с награждением.



Ожидаемые результаты:

- **Повышение уровня знаний школьников по вопросам здорового образа жизни;**
- **Повышение мотивации к двигательной активности;**
- **Изменение у подростков отношения к своему здоровью: выработка способности противостоять вредным привычкам и отрицательным воздействиям окружающей среды, желания и умения вести здоровый образ жизни;**
- **Уменьшение числа школьников бесцельно проводящих своё свободное время.**

Сроки проведения проекта: май-август 2020 года



**Есть ли опыт
реализации проекта?**

Да!

В 2019 году было проведено 4 квест-игры на базе спортивно-оздоровительных центров Курской области



















СКАЖИ
НЕТ
ВРЕДНЫМ ПРИВЫКАМ!

**Спасибо за
внимание!**

