**Верёвочный курс.**

**1 станция «Монстры».**

**Цель:** сплочение команды, выбор верной тактики действий. Материалы: две черты, расположенные на расстоянии 10м друг от друга.

**Условия:** все участники команды должны одновременно пересечь границу обозначенной территории, используя Х-точек касания (число участников / на 2, т.е. например, на 10 человек – 5 точек касания: одна рука, одна нога, один используемый предмет – одна точка касания). Упражнение считается выполненным, когда вся команда преодолеет заданное расстояние. Варианты выполнения могут быть различными. Это зависит от количества участников (оптимально – 6-7 человек) и их фантазии.

**2 станция «Айсберги».**

**Цель:** сплочение команды, выбор верной тактики действий, развитие командного мышления.

**Материалы:** листы белой плотной бумаги различной величины и формы, имитирующие айсберги (обычно подбираются так, чтобы на них смогли уместиться от 1 до 3 стопы среднего взрослого, но некоторые делаются размером поменьше для усложнения задания).

Участники команды должны перебраться с одного условно обозначенного берега на другой по айсбергам, которые ведущий раскладывает на определенном расстоянии друг от друга. Правила: Если участник команды наступает мимо айсберга («падает в воду»), то он возвращается обратно на берег и начинает свой путь заново. Участники команды начинают выходить на другой берег только когда все остальные члены команды покинули берег отправления и находятся «на айсбергах»; Если один из участников команды прыгает мимо айсберга все, кто уже переправился на другой берег, возвращаются к исходной точке. Ведущий раскладывает айсберги по мере продвижения команды и может регулировать их количество в море, убирая или добавляя их. Упражнение считается выполненным, когда вся группа окажется на «противоположном берегу».

**3 станция «Машина».**

Вспомогательного материала нет.

«Машина» строится из членов группы. Необходимо построить любой действующий механизм, причем все члены группы должны быть в нем задействованы. 10 минут дается на обсуждение задания, 10 минут на постройку модели машины, при этом все члены группы должны сохранять молчание. Затем идет представление моделей действующих механизмов.

**4 станция «Горящая земля».**

Группе предлагается за ограниченное количество времени так расположиться на земле (полу), что бы на ней оказалось как можно меньше ног участников группы (на время).

**5 станция «Бесконечное кольцо».** Вся группа берётся за руки. На руке классного руководителя висит верёвочное кольцо. Не разрывая рук все должны пролезть сквозь него (по кругу) и вернуть кольцо обратно (на время).

**6 станция «Взятие крепости».** На деревьях развешаны воздушные шары. Задача попасть в них маленьким мячиком. Даётся 10 попыток. За одно попадание – 1 очко.

**7 станция «Поиск сокровищ».** По маршруту, начерченному на листе, команда должна найти раннее спрятанный клад.

**8 станция «Башня».** Группе предлагается за ограниченное количество времени построить самую высокую башню из членов команды.

**9 станция «Муравьиная тропа».** Группа разбивается на две части и встаёт на длинную доску по обе стороны от середины. Задача – двум подгруппам поменяться местами. Если кто-то наступил на землю, упражнение начинается с начала (на время).

**10 станция «Песенная».** Группе предлагается разместиться в большом кругу и спеть 1 куплет любой песни, затем нужно разместиться в меньшем кругу и спеть 1 куплет другой песни, затем разместиться в маленьком кругу и спеть 1 куплет следующей песни (на время, на участие всех членов команды).

**11станция «Чёрный ящик».** Группе предлагается за ограниченное количество времени угадать, что лежит в чёрном ящике. Команда получает право задать 10 вопросов, на которые ведущий отвечает лишь «ДА» или «НЕТ».

**12 станция «Ловкость».** Группе предлагается за ограниченное количество времени попасть мячом в обруч, подвешенный на дереве. Бросает мяч каждый участник команды (время, количество попаданий).

**13 станция «Паутина».** Между деревьями натянуты верёвки в виде паутины. Расстояние между деревьями – 2,5 метра. Верхняя верёвка – на высоте 1,5 метра над землёй. Нижняя – на высоте 0,3 метра. Ячейки «паутины» такие, чтобы в них можно было каким-то образом пролезть участнику. Число ячеек на два – три меньше числа участников. Группа находится по одну сторону «паутины». Задание: пролезть всей группе сквозь «паутину». Ограничения: обходить паутину нельзя, касаться паутины нельзя, под паутиной пролезть могут только 2 участника

**14 станция «Обрыв».** Вся группа встаёт в шеренгу на бревно, скамейку (шириной 20 см и длиной 7-8 м). Задание: Начиная с первого человека, команда переправляется на противоположный конец бревна. В результате должна получиться та же линия, в том же порядке. Ограничения: при касании земли любым участником упражнение выполняется всей группой с начала (на время).

**15 станция «Гусеница».** Участники встают в колонну друг за другом. Каждый участник ставит ноги на ширине плеч и подаёт правую руку между ними стоящему позади, при этом левой рукой берёт правую руку стоящего впереди. Задание: пройти в таком положении 10 метров (на время).