



ТАФЕТА ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ ЭСТАФЕТА

## ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ СОЗДАТЬ ЭСТАФЕТУ ЭКОГТО

Мы много работали, ошибались, делали заново, рисовали, писали и шили, собирали материалы для экобокса в 5 регионах России, и хотим сказать спасибо тем, кто поддержал нашу новаторскую идею и помог сделать экологическую эстафету такой, какой вы ее видите.

Спасибо нашим коллегам из PROECOPEN, 99 RECYCLE, REVIVED SKATEBOARDS и мастерской МАНИФЕСТ, этап “Мастерская переработки” наполнен интереснейшими примерами апсайклинга благодаря их фантазии, любви к экологии и своему делу.

Благодарим друзей из регионального отделения “Делай!” в Рязанской области - волонтерский отряд РГУ им. Есенина, которые вручную шьют сумки для экобокса из невостребованной бывшими владельцами ткани.

Над эстафетой экоГТО трудился:

Юлия Грищенко, Мария Осинцева и Анастасия Ростилова – авторы концепции экоэстафеты

Ирина Левина – автор заданий и инструкции

Юрий Кривенко – верстка и дизайн

Анастасия Климова – иллюстрации

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Экологичность – это навык будущего, который необходим нам для того чтобы жить и развиваться в гармонии с природой, сохраняя ее богатства для будущих поколений. Для того чтобы как можно больше людей заинтересовалось экологической повесткой, мы создали простой и увлекательный формат экологического просвещения – эстафету экоГТО. Эстафету можно провести как познавательное состязание или как спортивную игру: все, что нужно для проведения эко-соревнования находится внутри экокювета.

В этом пособии вы найдете подробную инструкцию для проведения экоГТО, а также расширение, которое поможет сделать эстафету настоящим спортивным соревнованием

# НАПОЛНЕНИЕ ЭКОБОКСА И ОБЩИЕ ПРАВИЛА

Экобокс – мобильный инструмент для проведения эстафеты экоГТО. Все необходимое для проведения яркой и запоминающейся экопросветительской акции теперь помещается в компактной деревянной коробке!

Для того чтобы провести эстафету вам необходимо выбрать локацию и разделить ее на несколько станций.

За каждую станцию отвечает отдельный волонтер. Всего для эстафеты понадобятся 6 волонтеров, один из которых – организатор эстафеты, будет награждать участников сертификатами на последней станции эстафеты..

Материалы для станций экоГТО находятся внутри экобокса:

*Для станции 1*

**По следам зеленых:** карточки - реакции в мешочке с номером 1.

*Для станции 2*

**Попробуй раздели:** мини-аторные контейнеры и мешочек номер 2 с мини-мусором.

*Для станции 3*

**Вечный двигатель:**

Карта-поле и набор карточек под номером 3.

*Для станции 4*

**Мастерская переработки:**

мешочек под номером 4 с образцами изделий, изготовленных с помощью ресайклинга и апсайклинга.

*Для станции 5*

**Устойчивое развитие:** карта-поле под номером 5 и соответствующих набор карточек.

*Для станции 6*

**Пример для подражания.** понадобятся сертификаты. Скачать шаблон сертификата можно по QR-коду, необходимое количество нужно распечатать до начала эстафеты.

Принять участие в эстафете

могут как одиночные участники, так и команды до 5 человек. Задача участников как можно быстрее пройти все станции #экоГТО, набрать как можно больше баллов и получить сертификат об успешной сдаче экологической эстафеты.

Баллы за прохождение каждой из станций выставляют волонтеры в дорожный лист команды или участника. Шаблон маршрутного листа и сертификата участника для печати вы найдете по ссылке:

Внутри вы найдете экосумку: она поможет сделать экологическую эстафету мобильной, ведь в ней эко-брокс легко можно взять с собой.

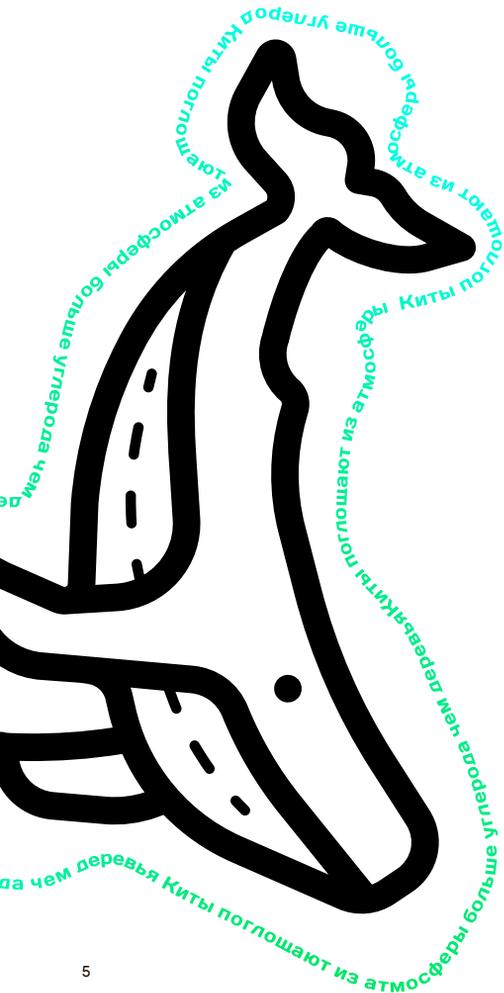


## **МЕХАНИКА ЭСТАФЕТЫ**

Участники экоГТО должны перемещаться между станциями, выполнять задания и получать баллы. Задания станций 1–5 можно выполнять в произвольном порядке, а вот станция под номером 6 – завершающая, к ней необходимо подойти в последнюю очередь.

У каждого участника (или команды участников) должен быть обходной лист. Это может быть любой лист бумаги, на котором волонтер каждой станции должен выставлять баллы за ее прохождение.

Окончательно баллы подсчитываются на станции 6, после чего участники получают сертификаты о сдаче экологического норматива.



## ПО СЛЕДАМ ЗЕЛЕНых

Этот этап поможет проверить, насколько хорошо участники ориентируются в вопросах экологии. Перед вами 10 эко-фактов:

### 1) КИТЫ ПОГЛОЩАЮТ ИЗ АТМОСФЕРЫ БОЛЬШЕ УГЛЕРОДА ЧЕМ ДЕРЕВЬЯ (ПРАВДА)

Киты обладают способностью поглощать удивительное количество углерода. По данным отчета Международного валютного фонда «Когда речь идёт о спасении планеты, один кит стоит тысячи деревьев», каждый кит способен удалить из атмосферы до 33 тонн углерода за свою жизнь, в то время как дерево – всего 2,2 тонны в столетие.

### 2) ИСКУССТВЕННАЯ ЕЛКА ЭКОЛОГИЧНЕЕ ЖИВОЙ (ЛОЖЬ)

Искусственные елки делают из металла и пластика, часто с использованием ПВХ, поэтому их практиче-

ски невозможно переработать.

Живая елка более экологична. Питомники замещают эти ели: после вырубки деревьев на этом месте высаживают новые. К тому же, ели часто срубают в тех местах, где их вырубил бы и не под Новый год, например, под линиями электропередачи.

### **3) ДИКОЕ ЖИВОТНОЕ, ВЫШЕДШЕЕ К ЛЮДЯМ, НАДО ПОКОРМИТЬ (ЛОЖЬ)**

Дикие животные, которых подкармливают люди, быстро привыкают к человеку и перестают его бояться. Такие «попрошайки» в итоге часто становятся жертвами браконьеров. Кроме того, если достаточно долго кормить дикое животное, оно может утратить способность добывать пищу самостоятельно так же эффективно, как раньше, или вовсе не научиться это делать, если прикармливать начали с детства.

### **4) СТЕКЛО РАЗЛАГАЕТСЯ ДОЛЬШЕ ЧЕМ ПЛАСТИК (ПРАВДА)**

Среднее время разложения пластмассовых изделий, созданных по разным технологиям, колеблется от 400 до 700 лет, а стекло разлагается более 1000 лет.

### **5) АВТОМОБИЛИ - ГЛАВНАЯ ПРИЧИНА ЗАГРЯЗНЕНИЯ ВОЗДУХА (ЛОЖЬ)**

Около 75 % загрязнения атмосферного воздуха вызвано естественными причинами: извержениями вулканов, пылевыми бурями, лесными пожарами. Таким образом, выхлопные газы машин — не самая большая угроза для атмосферы.

### **6) ДЕВЯТЬ ИЗ ДЕСЯТИ ЧЕЛОВЕК НА ЗЕМЛЕ ДЫШАТ ЗАГРЯЗНЕННЫМ ВОЗДУХОМ (ПРАВДА)**

Согласно данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), 9 из 10 человек дышат воздухом с высокой концентрацией загрязняющих веществ



## **7) ТОВАРЫ С ПОМЕТКАМИ «ЭКО» И «БИО» ЭКОЛОГИЧНЫ (ЛОЖЬ)**

К сожалению, это не всегда так. Чаще всего это маркетинговый ход для привлечения людей, следящих за экологией или своим здоровьем. У этого метода даже есть свое название «гринвошинг» – экологическое позиционирование продукта или компании без основания.

## **8) КОНЦЕНТРАЦИЯ УГЛЕ- КИСЛОГО ГАЗА В ВОЗДУХЕ В ПОСЛЕДНЕЕ ВРЕМЯ РАСТЕТ (ПРАВДА)**

Из-за активного использования ископаемых энергоносителей в качестве топлива происходит

быстрое увеличение концентрации этого газа в атмосфере. Кроме того, по данным Межправительственной группы экспертов по изменению климата Организации Объединенных Наций (МГЭИК ООН), до 20 % выбросов CO<sub>2</sub> являются результатом обезлесения. Впервые антропогенное влияние на концентрацию диоксида углерода отмечается с середины XIX века. С этого времени темп его роста увеличивался и в 2010-х годах происходил со скоростью 2–3 частиц на миллион/год или 0,5–0,7 % за год. Согласно отдельным исследованиям, современный уровень CO<sub>2</sub> в атмосфере является максимальным за последние 800 тыс. лет и, возможно, за последние 14–20 млн лет.

## **9) ШВЕЦИЯ ИМПОРТИРУЕТ МУСОР ИЗ ДРУГИХ СТРАН (ПРАВДА)**

Швеция перерабатывает 99% собственных отходов и еще почти 700 тысяч тонн мусора импортирует из других стран для обеспечения загрузки существующих в стране мусороперерабатывающих предприятий.

## **10) САМОМУ СТАРОМУ ЗАПОВЕДНИКУ В РОССИИ БОЛЕЕ 100 ЛЕТ (ПРАВДА)**

Первый заповедник на территории России – Баргузинский – был основан 11 января 1917 года на территории Бурятии. Целью создания заповедника стало сохранение популяции баргузинского соболя и других животных на Байкале.

Благодаря подсказкам, вы знаете, каким из экофактов можно доверять, а какие являются мифом. Проверьте, знают ли это участники #экоГТО.

На станции участник получает 20 карточек-реакций, на которых изображены популярные мемы. Волон-

тер на станции озвучивает один из эко-фактов, задача участника – решить, правдив ли он, и показать свое отношение к этому факту при помощи карточки-мема.

Если на станцию приходит команда участников, можно разделить ее на две группы, выдав каждой по 10 карточек-мемов. Группы поочередно озвучивают друг другу экологические факты. Когда первая группа участников зачитывает эко-факты, вторая совещается, показывает свою реакцию и решает, верить или не верить услышанному. Следующий факт зачитывает вторая группа, после – снова первая, и так далее.

Правильные ответы знает только волонтер станции. После того как все ответы даны, волонтер подсчитывает количество правильных ответов и озвучивает правильные ответы.

**Максимальное количество баллов - 9, каждая ошибка отнимает 1 балл.**

## ПОПРОБУЙ РАЗДЕЛИ

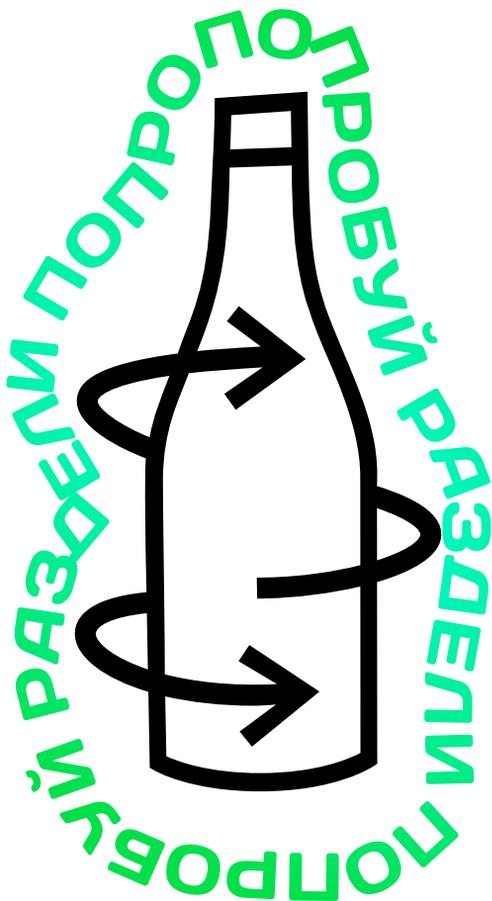
Участникам предстоит рассортировать отходы!

Сейчас в России активно развивается система обращения с бытовыми отходами: в стране появляются экотехнопарки, где мусор сортируется, перерабатывается и обретает вторую жизнь.

Появляются и контейнеры для раздельного сбора. В нашей стране чаще всего применяется система из двух контейнеров: один для вторичного сырья, второй для отходов, которые не подлежат переработке. Мало кто знает, но большую часть бытового мусора можно смело отправлять в первый контейнер.

Предложите участникам рассортировать мусор (конечно, не настоящий, а миниатюрный) в два контейнера.

В зеленый контейнер для перерабатываемых фракций должны отправиться:



В синий попадет намного меньше предметов:

**Максимальное количество баллов - 11, каждая ошибка отнимает 1 балл.**

## **ВЕЧНЫЙ ДВИГАТЕЛЬ**

Перед вами карта России, на которой отмечены природные особенности тех или иных территорий нашей страны, например месторождения полезных ископаемых, бурные реки или сильные ветра.

В зависимости от этих условия разные регионы страны обеспечены энергией из разных источников, с помощью атомных, тепловых, геотермальных, солнечных, ветровых или гидроэлектростанций. На этой станции участникам предстоит разобратся, где применяется тот или иной способ получения энергии.

Волонтер рассказывает участнику о видах электростанций, которые применяются на территории России:

Тепловые электростанции (ТЭС) трансформируют тепловую энергию, полученную от сжигания топлива. В качестве топлива используют полезные ископаемые: уголь и природный газ, реже – нефть. Крупные ТЭС располагаются возле месторождений этих ископаемых.

Геотермальные электростанции (ГЕОТЭС) вырабатывают электрическую энергию из тепловой энергии подземных источников (например, гейзеров) там, где высока вулканическая активность.

Ветряные электростанции (ВЭС) преобразуют энергию ветра в электрическую энергию с помощью ветряных турбин. Такие электростанции представляют собой скопление ветряных мельниц. ВЭС применяются в районах, имеющих подходящие скорости ветра, невысокий рельеф местности и испытывающих дефицит природных ресурсов.

На гидроэлектростанции (ГЭС) энергия вырабатывается с помощью воды: падающий с высоты поток



тору, с большим количеством солнечных дней.

Приливные электростанции (ПЭС) преобразуют энергию приливов. ПЭС строятся там, где гравитационные силы Луны и Солнца дважды в сутки изменяют уровень воды

Теперь участнику предстоит проанализировать карту и расположить карточки с электростанциями в соответствующих областях.

Названия станций и их установленная мощность:

Сургутская ГРЭС (ТЭС), Ханты-Мансийский автономный округ – более 5 ГВт

Адыгейская ВЭС, Республика Адыгея – менее 0,5 ГВт

СЭС Перово, Республика Крым – менее 0,5 ГВт

Саяно-Шушенская ГЭС, Красноярский край – почти 6,5 ГВт

Ленинградская АЭС, Ленинградская область – почти 4,5 ГВт

Мутновская ГЕОТЭС, Камчатский

край – менее 0,5 ГВт

Усть-Коксинская СЭС, Республика Алтай – менее 0,5 ГВт

Братская ГЭС, Иркутская область – почти 5 ГВт

Рафтинская ГРЭС (ТЭС) (Свердловская) – более 3,5 ГВт

Кислогубская ПЭС, Мурманская область – около 0,5 ГВт

**Максимальное количество баллов - 10, каждая ошибка отнимает 1 балл.**

# МАСТЕРСКАЯ ПЕРЕРАБОТКИ

Современные технологии позволяют производить из вторичного сырья множество материалов и изделий. Для этой станции мы приготовили 7 вещей, изготовленных из переработанных материалов. Смогут ли участники экоГТО понять, из чего они сделаны?

## РАССКАЗЫВАЕМ:

Медиатор для гитары – это бывший скейтборд, которому дали вторую жизнь в самарской Мастерской REVIVED SKATEBOARDS ([https://vk.com/revived\\_sb](https://vk.com/revived_sb)).

Картхолдер из ПВХ от производства лодок, батутов и спортивного инвентаря создан петербургским проектом МАНИФЕСТ (<https://vk.com/manifestbag>).

Зажим изготовлен из тетрапака, а ручка – из переработанных зубных щеток. Оба изделия от проекта экологичной канцелярии ProEcoPen (<https://vk.com/proecopen>).

Оригинальный значок из переработанных пластиковых крышечек сделан в Санкт-Петербурге мастерами из 99 Recycle (<https://99recycle.ru/>).

Ткань, из которой шьют спортивную одежду, производится из обычных ПЭТ-бутылок.

Открытка, которой можно порадовать родных и близких, сделана из макулатуры, а точнее из старых газет.

Волокнистый материал в пробирке называется стекловата, она служит для тепло- и звукоизоляции строительных конструкций. Для изготовления стекловаты используют переработанные стеклянные изделия. Кстати, пробирка, в которой находится образец, называется ПЭТ-преформа – это заготовка для пластиковой бутылки.

Волонтер на станции показывает предметы участникам и сообщает, что изделия перед ними – это бывшие бумага, стекло, надувная лодка, зубная щетка, бутылочные крышечки, упаковки-тетрапак и даже

скейтборд. Участникам предстоит установить соответствие.

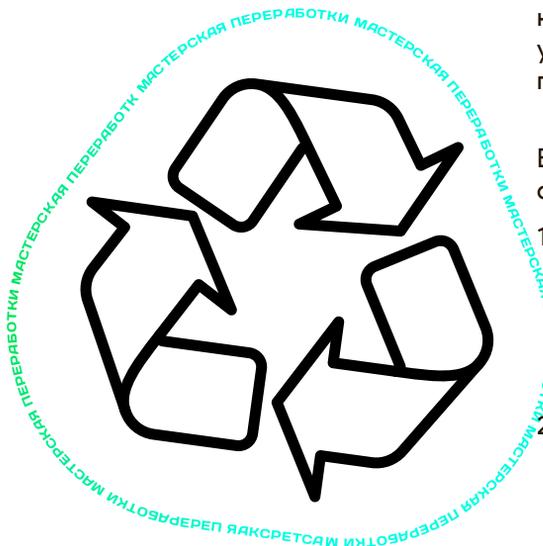
**Максимальное количество баллов за все правильные ответы - 10, 1 несоответствие - 8 баллов, 2 и более несоответствия - 6 баллов.**

## УСТОЙЧИВОЕ РАЗВИТИЕ

Для того чтобы общество могло развиваться, не нанося ущерб окружающей среде и благополучию будущих поколений, необходимо комплексно подходить к решению экологических проблем. Такой подход называется устойчивым развитием территорий. Попробуем применить его на практике: на этой станции участникам предстоит решить экологические проблемы города N!

Внимательно изучите карту города. Вы легко заметите, какие неприятности беспокоят его жителей:

1. На городском пляже разбросан мусор, оставленный отдыхающими.
  - Поможет масштабный городской субботник
2. В лесу возле города виднеется дым. Скорее всего это непотушенный костер, который может стать причиной сильного пожара.



- Добровольные лесные пожарные придут на помощь
3. Мусорные контейнеры часто переполняются, хотя большая часть их содержимого может быть использовано повторно.
    - Добавим контейнеры для вторсырья
  4. В реке все чаще погибает рыба: возможно, в ее акваторию попадают выбросы от производств?
    - Нужно возвести очистные сооружения
  5. На некоторых территориях начинается опустынивание – процесс, при котором плодородные земли теряют свои ценные свойства.
    - Высадка деревьев останавливает процессы опустынивания
  6. В городе очень пыльно из-за больших участков с открытым грунтом.
    - Благоустройство поможет сделать город чище, добавим цветы и газон
7. Один из заводов города на грани закрытия: ему необходимо дешевое сырье для производства. Даже эту проблему можно решить, используя принцип устойчивого развития!
    - Организованный сбор вторсырья позволит предприятию сэкономить: экономика замкнутого цикла в действии
  8. Две городские свалки непомерно разрослись, а запах и вредные газы от одной из них из-за направления ветра буквально отравляют жизнь и здоровье горожан!
    - На месте свалки, которая находится на окраине города, можно возвести экотехнопарк
    - Свалка расположена менее удачно, запах от нее летит прямо на город! Эту свалку придется рекультивировать
  9. Местные жители уже давно хотят начать жить более экологично, городу нужен центр развития экологического добровольчества.

- Городу нужен новый экоцентр, команда “Делай!” (10) готова прийти на помощь!

**Максимальное количество баллов - 10, каждая ошибка отнимает 1 балл.**

## **ПРИМЕР ДЛЯ ПОДРАЖАНИЯ**

Завершающий этап экоэстафеты! Какой самый удивительный факт об экологии узнали участники после прохождения всех станций экоГТО?

Волонтер предлагает участникам сделать пост с хэштегами #экогто #экоэстафета

#экоделай #делай #росмолодежь и рассказать друзьям, что нового они узнали после прохождения экоэстафеты.

**Максимальное количество баллов - 9 за публикацию с фото, публикация без фото оценивается в 8 баллов.**

## **ПОДСЧЕТ БАЛЛОВ**

Все участники экоГТО получают сертификат, подтверждающий сдачу экологических нормативов.

Максимальное количество баллов за все станции – 60. Если участник (или команда участников) набрала от 60 до 50 баллов, в сертификате следует писать “за отличную сдачу экологического норматива”. Если же участник набрал менее 50 баллов, просто: “за сдачу экологического норматива”.





## **ЭКОГТО #СПОРТ**

Экоэстафету можно провести как подвижную игру: спортивное экоГТО предназначено для участия в командах. Такой формат отлично подойдет для отдыха на природе или тимбилдинга.

Задания экоГТО останутся теми же, как и в классическом формате, однако чтобы их выполнить, участникам придется “попотеть”. Перед тем как приступить к заданиям рекомендуется размяться, ведь помогать природе – дело не легкое!

## **ПО СЛЕДАМ ЗЕЛЕННЫХ #СПОРТ**

Вы уже знакомы с 10 экологическими фактами и знаете, какие из них правдивы, а какие нет.

В этот раз карточки-реакции случайным образом распределяются между всеми членами команды. После того как волонтер озвучит факт, каждый из участников должен показать карточку-мем, который наи-

лучшим образом отражает его отношение к услышанному. После этого каждый из участников соглашается или не соглашается с услышанным: если он считает, что факт правдивый, то хлопает в ладоши над головой, если же по мнению участника экофакту не стоит верить, он должен сомкнуть руки в замок за своей спиной и потянуться назад.

Волонтер рассказывает, правдиво ли утверждение, после чего те участники, которые ошиблись, приседают 5 раз.

Перед тем как волонтер прочитает второй факт, карточки-мемы перемешиваются и раздаются заново.

**За прохождение станции команда получает 10 баллов.**

## **ПО СЛЕДАМ ЗЕЛЕННЫХ #СПОРТ**

Для этой станции организатору эстафеты необходимо подготовиться: собрать как можно больше фракций перерабатываемых отходов и несколько – перерабаты-

ваемых. Предметы обязательно должны быть чистыми и не иметь острых краев. Необходимо приготовить 2 больших корзины: одну для перерабатываемого мусора, вторую для смешанного. Также пригодится секундомер.

Суть задания в том, чтобы как можно быстрее рассортировать мусор. Участники выстраиваются один за другим, перед ними вперемешку лежат предметы, которые нужно рассортировать. На некотором расстоянии от них находятся 2 корзины. Задача участника – за 5 секунд решить, в какую корзину отправится предмет и забросить его в нужное место. После этого он уходит в конец колонны, ход переходит к другому участнику команды и так далее, пока все предметы не будут рассортированы.

За временем следит волонтер станции. Если участник не принял решение за 5 секунд, он уходит в конец колонны, а его предмет сортирует участник, стоящий за ним.

**Максимальное количество баллов - 10, если участники совершили 1-2 ошибки, команда получает 8 баллов, если 3 и более - 6 баллов.**

## **ВЕЧНЫЙ ДВИГАТЕЛЬ #СПОРТ**

Волонтер демонстрирует карту и рассказывает команде о видах электростанций, которые применяются на территории России.

Участникам все также необходимо определить, в каком месте расположена та или иная станция. Однако в этот раз недостаточно просто правильно указать источник энергии, необходимо “запустить” его и получить необходимое количество энергии.

Для того чтобы выработать мощность 0,25 ГВт (гигаватт) на электростанции каждого типа, участники должны сделать упражнение:

ТЭС – наклон

ГЭС – прыжок

АЭС – прыжок с поворотом на 180 градусов

ВЭС – мельница

ПЭС – отжимание

СЭС – приседание

ГЕОТЭС – прыжок с поворотом на 360 градусов

Вы уже знаете мощность каждой из электростанций:

1. Сургутская ГРЭС (ТЭС), Ханты-Мансийский автономный округ – более 5 ГВт
2. Адыгейская ВЭС, Республика Адыгея – менее 0,5 ГВт
3. СЭС Перово, Республика Крым – менее 0,5 ГВт
4. Саяно-Шушенская ГЭС, Красноярский край – почти 6,5 ГВт
5. Ленинградская АЭС, Ленинградская область – почти 4,5 ГВт
6. Мутновская ГЕОТЭС, Камчатский

край – менее 0,5 ГВт

7. Усть-Коксинская СЭС, Республика Алтай – менее 0,5 ГВт
8. Братская ГЭС, Иркутская область – почти 5 ГВт
9. Рефтинская ГРЭС (ТЭС) (Свердловская) – более 3,5 ГВт
10. Кислогубская ПЭС, Мурманская область – около 0,5 ГВт

Участникам придется сделать все упражнения в необходимом количестве, чтобы обеспечить страну теплом и светом. Необходимое количество повторений:

1. 20 наклонов
2. 2 упражнения “мельница”
3. 2 приседания
4. 26 прыжков
5. 18 прыжков с поворотом на 180 градусов
6. 2 прыжка с полным оборотом
7. 2 приседания
8. 20 прыжков

9. 14 наклонов

10. 2 отжимания

**За прохождение станции команда получает 10 баллов.**

## **МАСТЕРСКАЯ ПЕРЕРАБОТКИ #СПОРТ**

Для этой станции необходимо заранее приготовить чистые пластиковые бутылки, не меньше 3 на каждого члена команды.

В этот раз участникам также необходимо понять, из чего изготовлена та или иная вещь, но полагаясь только на тактильные ощущения, и рассказать об этом своей команде.

Волонтер складывает все предметы в большой мешок. Один из участников команды должен запустить руку в мешок и взять первый попавшийся предмет. Ему необходимо “изучить” вещь, не вынимая ее из мешка, и описать свои ощущения другим участникам. Вместе они должны предположить, из какого

материала изготовлен предмет. Когда команда дала ответ, участник вынимает вещь из мешка, а волонтер рассказывает ее историю.

К мешку подходит второй участник и так далее.

Участники наверняка заметили, что многие изделия изготовлены из переработанного пластика. Теперь им предстоит самостоятельно подготовиться к переработке самый часто встречающийся вид полимеров – пластиковые ПЭТ-бутылки.

Волонтер должен раздать всем участникам одинаковое количество бутылок. Задача каждого из них – как можно быстрее снять крышки и как можно качественнее смять бутылки, чтобы они смогли отправиться на переработку.

Это задание научит участников экоГТО правилам сортировке, а также позволит определить, кто из них настоящий “зеленый халк”.

**Максимальное количество баллов за все правильные ответы - 10, 1 несоответствие**

**- 8 баллов, 2 и более несоответствия - 6 баллов.**

## **УСТОЙЧИВОЕ РАЗВИТИЕ #СПОРТ**

Для этой станции понадобится большая открытая площадка. Волонтер знакомит команду с картой города и рассказывает об экологических вызовах, стоящих перед его жителями. Однако на этот раз он не выдает участникам карточки с решениями: для того чтобы справиться с каждой проблемой города N, им проявить физическую активность.

Устройте для участников полосу препятствий. В конце каждого из участков полосы будет лежать карта, отвечающая на один из экологических вызовов. Препятствия могут быть любыми, в зависимости от площадки проведения эстафеты, физической подготовки участников и вашей фантазии. В качестве примера мы предлагаем следующие препятствия:

Сперва команде предстоит разобраться с ситуацией, обозначенной на карте номером 1 – это мусор на городском пляже. Для этого они должны прыжками добраться из начальной точки 0 в точку 1, где и лежит карточка.

2 вызов – возгорание в лесу. Из точки 1 в точку 2 нужно добраться бегом задом наперед.

Из точки 2 в точку 3 – обегая расставленные преграды: стулья или специальные столбики.

Из 3 в 4 – бегом, перепрыгивая невысокие препятствия, такие как стопки книг.

Из 4 в 5 нужно пройти под низко установленной планкой или лентой, как в игре лимбо.

Путь из точки 5 в точку 6 предстоит пройти на согнутых ногах “гусиным” шагом.

Из 6 в 7 предстоит преодолеть, прыгая в больших мешках.

Из точки 7 в точку 8 – парами в “три ноги” (когда левая нога одного пар-

тнера привязана к правой ноге второго).

Из 9 в 10 нужно добраться, зажав между ног мячик.

А из точки 9 в финальную 10 точку – при помощи кувырков.

Команда получает карточку-решение только когда все участники преодолеют отрезок полосы препятствий.

За прохождение станции команда получает 10 баллов.

## **ПРИМЕР ДЛЯ ПОДРАЖАНИЯ #СПОРТ**

Завершающий этап экоэстафеты! Какой самый удивительный факт об экологии узнали участники после прохождения всех станций экоГТО?

Волонтер предлагает участникам сделать общий пост с хэштегами #экогто #экоэстафета #экоделай #делай #росмолодежь и рассказать друзьям, что нового они узнали

после прохождения экоэстафеты.

**Максимальное количество баллов - 10 за публикацию с фото, публикация без фото оценивается в 8 баллов. За каждый дополнительный пост от участника команды дается еще 2 балла. .**

## **ПОДСЧЕТ БАЛЛОВ**

Все участники экоГТО получают сертификат “за отличную сдачу экологического норматива”.