Эстафета «Звездные Старты» (для детей с ОВЗ)

I ЭТАП

От линии старта расставляем 5 конусов, рядом с последним конусом кладём обруч (для мяча), затем ставим препятствие круг далее мат ступени мат ступени оббегают конус и возвращаются обратно и передают эстафету следующему участнику команды.

II ЭТАП

От линии старта участники пробегают лежачее препятствие змея преодолевают горку далее мат ступени мат ступени бросают мяч в надувную корзину и возвращаются обратно и передают эстафету следующему участнику команды.

III ЭТАП

6 человек от команды, берут специальную ленту, становятся вовнутрь и преодолевают препятствия 8 конусов и возвращаются обратно и передаю эстафету следующим 6 участникам команды.

IV

От линии старта ставим препятствие змейка, участники ползком проходят и далее горка барьер круг мат ступени мат ступени попасть мячом в ворота и возвращаются обратно и передают эстафету следующему участнику команды.

Небходимый инвентарь:

* Маты – 14 шт.
* Мячи волейбольные – 10 шт.
* Козина под мячи – 1 шт.
* Ворота футбольные (маленькие) - 2 шт.
* Конусы – 16 шт.
* Обручи – 2 шт.