|  |  |
| --- | --- |
| *МАУ «Молодежный центр»* |  |

**Спортфест**

**Семейная спортивно-развлекательная полоса препятствий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п.п | Название этапа | Суть этапа, схема |
| 1 | «Лабиринт» | Задача: Пройти по лабиринту от начала до конца.Исполнение: Все члены команда выстраиваются друг за другом «паровозиком» == всем, кроме последнего, завязываются глаза == последний игрок словами направляет команду по нужному маршруту |
| 2 | «Ползунки» | Задача: Проползти через тканевую трубу |
| 3 | «Слалом» | Задача: Преодолеть этап по заданному маршруту, огибая фишки на велосипеде, беговеле или самокате |
| 4 | «Сбей башню» | Задача: Сбить 3 башни из кубиков |
| 5 | «Обруч» | Задача: Преодолеть отрезок трассы при помощи обруча.Исполнение: Все члены команды забираются в один обруч == перемещаться можно только в зоне , огражденной обручем == маршрут прокладывается за счёт перемещения обручей |
| 6 | «Прыжки в длину» | Задача: набрать суммой длин прыжков 5 мИсполнение: каждый член команды выполняет прыжок в длину == длины прыжков складываются == участники прыгают до тех пор, пока суммой длин прыжков не будет преодолен 5м рубеж |
| 7 | «Две ноги» | Задача: Преодолеть этап с условием: земли могут касаться только 2 ноги в 1 паре |
|  |  |  |