

## **Перешагнуть, перелезть, перепрыгнуть.**

Нам понадобится. Детская площадка со спортивными тренажерами – лесенками, скамеечками, качелями. Если вы решили поиграть дома – стулья, подушки диванные или большие картонные коробки.

Что делаем. Если идем на улицу, то одеваемся поудобнее, чтобы ничто не стесняло движения. Если дома, то сооружаем полосу препятствий!

Играем. На улице воображаем себя Супер-героем или Человеком – Все – Препятствия -Преодолевающим. Стараемся не пропустить не одну лесенку, прокатиться со всех качелей, пролезть под самыми низкими барьерами, спрыгнуть со всех встречных пенечков (разумеется, печечки, бортики должны быть правильной высоты – 20-30 см от земли).

Если остались дома – преодолеваем полосу препятствий из перевернутых стульев, подушек, картонных коробок прямо а комнате. Играть с парочкой друзей будет намного интересней.