

Игра «Кенгуру»

Цель игры: Научить обучающихся точному приземлению. Развитие прыгучести.

Обучающиеся выполняет прыжки через веревочную лестницу, стараясь не заступить за пределы площадки, мяч в руках.

1. Прыжки на правой ноге.
2. Прыжки на левой ноге.
3. Прыжки на двух ногах.
4. Прыжки правым боком.
5. Прыжки левым боком.
6. Прыжки спиной вперед.
7. Прыжки через клеточку.

