

Vánoční překážková dráha pro rodiče a děti

1. Prolézt strachovým pytlím. Rodič drží pytel na konci a dítě povzbuzuje.
2. Překročení tří nízkých překážek.
3. Přejít houpací prkno.
4. Vylézt po schůdkách na vodorovně zavěšenou lavičku na žebřinách, lézt ve vzporu dřepmo k žebřinám, na žebřinách zazvonit na zvoneček.
5. Přelézt po žebřinách na vedlejší zavěšenou lavičku a sklouznout v sedě dolů.
6. Hod na cíl - papírovou koulí na postavičku Sněhuláka cca 1 m vysokého ze vzdálenost jednoho metru.
7. Lavička na zemi - překračování molitanových houbiček položených na lavičce.
8. Nesení pingpongového míčku na lžici slalomem mezi 3 metami (cca 2 - 3 m). Poslední metou je kyblík - hodit míček do kyblíku.
9. Nalepit obrázek na stromeček - cíl.

Čas bude měřen a zapsán a předán vedoucím, ale nebudeme vyhodnocovat jednotlivá umístění, odměnu dostanou všichni závodníci.

Cvičenec absolvuje dráhu 1 - 2 x dle počtu účastníků.

Rodič dává dítěti záchranu a povzbuzuje ho. Při soutěži se na dráze pohybuje pouze rodič s dítětem a rozhodčí.