

Описание спортивной площадки

Размеры площадки - 10 х 25 м.

Оборудование установлено по краям площадки. В центре размещена площадка с травяным покрытием для проведения подвижных игр.

БЕГОВАЯ ДОРОЖКА

Дорожка для бега на расстояние- 30 метров ширина 1,5 м., с отметкой «Старт» и «Финиш». Разметка сделана на асфальтированной поверхности. Дорожка предназначена для развития скоростных качеств ребенка, для развития ловкости и координационных способностей.



ДУГИ ДЛЯ ПОДЛЕЗАНИЯ

Дуги высотой 50см, шириной 50, 60, 70 см. расположены на расстоянии 80-100 см. друг от друга. Предназначены для упражнений в подлезании, перелезании, прокатывании мячей.



ПРЫЖКОВАЯ ЯМА

Яма для прыжков длиной 2-3 м. шириной 1,5-2 м. дорожка для разбега 5 м. см. планка для отталкивания на расстоянии 20-30 см. от края ямы. Яма заполнена песком. Яма предназначена для обучения прыжкам в длину с места и с разбега.

СТЕНКА ДЛЯ МЕТАНИЯ

Стенка высотой 160-170 см., в которую входят два круга диаметром см., окрашенные в разные контрастные цвета. Используется для упражнения метания в цель. Позволяет развивать мышцы плечевого пояса и глазомер ребенка.

РУКОХОД

Состоит из лестницы горизонтально закрепленной на стойках. Высота 1,05 м. ширина 50 см. расстояние между перекладинами 1,5 см. длина лестницы 2-3 м. Упражнения на рукоходе укрепляют мышцы рук, спины, живота.



БУМ РАЗНОВЫСОКИЙ

Бум делается из деревянного бруса, ширина, рабочей поверхности - 10 см. Равновысокий бум состоит из 3-4 отдельных брусьев, поставленных на разную высоту. Длина каждого отрезка не менее 2м., высота 30-60 см. этот снаряд предназначен для упражнений в равновесии.

ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ ПЛОЩАДКА

Площадка с грунтовым покрытием размером 7 x 12 м. сетка (стандартная). высота верхнего края сетки определяется уровнем поднятой вверх руки плюс

10см. высота стоек для сетки 130-150 см. площадка предназначена для игр с мячом с двумя командами. Это броски через сетку разными способами, в направлении определенного игрока и ловля мяча.



НЕСТАНДАРТНЫЙ СПОРТИВНЫЙ ИНВЕНТАРЬ

Нестандартный спортивный инвентарь: автомобильные покрышки для перелезания, перепрыгивания, упражнения в равновесии.