

Intensiivsus



Täpsus	✓
Osavus	✓
Kiirus	
Tasakaal	
Jõud	✓

VEEREV PALL

Löömine (palli löömisoskus jalaga)



Vahendid

Jalgpallid, koonused

Mängu kirjeldus

- Tähistage kahe joone abil sobiv vahemaa ning jagage õpilased kahte võistkonda.
- Kumbki võistkond seisab joone taga, näoga vastasvõistkonna poole. Igal mängijal on pall.
- Märkuande peale tuleb mängijatel palli jalaga lüües see mööda maad veeretada üle vastaste joone. Korraga tohib veeretada ainult ühte palli.
- Peale ühte minutit loetakse kummagi võistkonna pallid üle ning võistkond, kellel on vähem palle, on võitnud. Seejärel hakkab mäng otsast peale.

Video link
↓



PANE TÄHELE

Keskenduge palli veeretamise täpsusele. Muuhulgas tuleb kiirelt tagasi tuua pallid, mis läksid alast välja.



Variatsioonid

- Muutke mänguaega (näiteks kaks kuni kolm minutit).
- Lüüa tohib vaid mitte-domineeriva jalaga
- Muutke mänguala suurust.

