

Intensiivsus



Täpsus ✓
 Osavus ✓
 Kiirus ✓
 Tasakaal
 Jõud

SOO

Jooksmine, viskamine, püüdmine



Vahendid

Kolme eri värvi pehmeid palle, kuus matti

Mängu kirjeldus

- Õpilased on jagatud kahte võistkonda. Mängualaks võib olla näiteks võrkpalliväljak, mille otsajoonetele on asetatud kolm matti - need on "sood". Mattide ette on omakorda märgitud "keeluala", kus teised võistkonnaliikmed ei saa palli puutada.
- Mõlemad võistkonnad proovivad vastastele pallidega pihta saada. Mängus on kasutusel kolme erinevat värvi palle. Mängija, kes saab palliga pihta, läheb vastaste poolele sohu. Viskaja, kelle pall kinni püütakse, läheb samuti sohu.
- Soost pääsemiseks tuleb võistkonnakaaslasega sooritada korrektne edasi-tagasi sööt. Kui sööt on tehtud kollase palliga, siis on ainult üks kindel mängija pääsenud. Kui see on tehtud punase või kuldse palliga, on kõik matil olnud mängijad päästetud.
- Kaotab võistkond, kes kõige esimesena kõik oma mängijad kaotab.

Video link



PANE TÄHELE

Kiire viske asemel proovi võimalikult täpset söötu.



Variatsioonid

- Visake dominantse käega
- Visake mitte-dominantse käega
- Visake palli üle pea

