

SMASHBALL

KORCSPORT: IV-VI.

FELADAT NEHÉZSÉGE: középhaladó

TANULÁSI CÉL:

A támadó térfélen az üres területek felismerése és megjátszása. A tanulóknak folyamatosan figyelemmel kell kísérniük a játékot, készenlétben kell állniuk. Igyekezzenek a helyes és pontos technikai kivitelezésre!

FELADAT LEÍRÁSA	FELADAT KÖZBENI INSTRUKCIÓ	SZÜKSÉGES ESZKÖZÖK
<p>Alkossanak a tanulók 2-3 fős csapatokat. A teremben hosszában feszítsünk ki egy gumiszalagot és bójákkal jelöljük ki több, akár 4-5 kis méretű pályát. A szalag magassága kb. 1-1,5 méter. (Természetesen lehet alacsony háló fölött is játszani!)</p> <p>A játékot az egyik csapat nyitással indítja. Az érkező labdát a másik csapat egyik tagjának el kell kapnia, anélkül hogy lepattanna a talajra. A tanuló a megszerzett labdával fusson be a hálóhoz, dobja fel és talajról vagy felugrásból játssza át (üsse át) a túloldalra. Ott a labda egyet pattanhat, majd folytatódhat a játék a szabályok szerint. A labdamenet addig tart, amíg a labda nem pattan egynél többet a talajon, nem a szalag alatt ütik át, vagy nem a pályán kívül ér talajt. A labda elkapható pattanás nélkül is!</p>	<p>Minden érintés előtt kommunikálnak a csapattársaikkal. Nyitásfogadásnál alkalmazzák a jobbkezes szabályt! Helyezkedjenek minden esetben a labdához. Teljes tenyérrel, a legmagasabb ponton üssék meg a labdát! A könyök mindig legyen a váll fölött, a labda tetejét üssék tenyérrel és a csukló csapódjon! Útés után a kar kísérelje végig a mozdulatot! Útéskor végezzenek törzsfordulatot és az ütőkarral ellentétes lábuk legyen elől! Felugráskor ne felejtse el kitámasztani és két karal hátsó rézsütös magastartásból magastartásba lendíteni!</p>	<p>1 db röplabda 1 db gumiszalag bóják</p>

VARIÁCIÓ:

A játékot az egyik csapat nyitással indítja. Az érkező labdát a másik csapat egyik tagjának el kell kapnia, anélkül, hogy lepattanna a talajra. A tanuló a megszerzett labdát dobja a hálóhoz befutó társának, aki szintén dobással „feladja” azt. A harmadik „támadó” érintést vagy az első játékos, vagy a harmadik üti át a túloldalra. Ott a labda egyet pattanhat, majd folytatódhat a játék a szabályok szerint. A labdamenet addig tart, amíg a labda nem pattan egynél többet a talajon, nem a szalag alatt ütik át, vagy nem a pályán kívül ér talajt. A labda elkapható pattanás nélkül is!

ÁBRA:

