

Találj a célba!

Tanulási cél:

- alapvető manipulatív mozgáskészségek gyakorlása (rúgások, ütések, dobások)
- tapasztalatszerzés a rúgásokhoz, ütésekhez és a dobásokhoz kapcsolódó saját test és energiabefektetés tudatosságában

Feladat leírása	A feladat ismertetése	Feladat közbeni instrukció	Szükséges eszközök
<p>A pályán közepén bóják segítségével egy 2 × 2 méteres területet jelölünk ki. 8 db összehajtható kiskaput helyezünk el a pályán úgy, hogy a négyzet minden oldalától 4 méterre 2-2 kis kaput teszünk le. Az állomáson (négyzetben) szivacskezilabda, focilabda, baseballütő (labdával együtt), és frizbi van kihelyezve. A tanulók 3 fős csoportokban helyezkednek el a négyzet egy-egy oldalán. Egyénileg kell az adott eszközt a neki megfelelő technikával a kapuba juttatni. Cél, hogy lehetőség szerint az összes kapuba szerezzenek gólt. A baseball-labda egy 50 cm magas bójára van helyezve, arról kell leütni!</p> <p>MEGKÖTÉSEK:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Az adott eszközt az eszköznek megfelelő technikával kell a kapuba juttatni. – Kézben kell visszahozni az eszközt. 	<p><i>A pályán bójákból és kapukból négy részt alakítottunk ki. A pálya közepére szivacskezilabdákat, focilabdákat, baseballütőket és -labdákat, valamint frizbiket helyeztünk ki. A feladat közben választanotok kell egy eszközt és a neki megfelelő módon megpróbálni a kapuba juttatni.</i></p> <p>BEMUTATÁS KÖZBENI MAGYARÁZAT:</p> <p><i>Lehetőség szerint a kezilabdát kézzel a focilabdát lábbal a baseball-labdát ütővel a frizbit pedig kézzel próbáljátok meg a kapuba juttatni! A gól után keressetek mindig másik eszközt és célfelületet! Kerüljétek az ütközést és egymás akadályozását a pályán! Az adott eszközt csak azon a területen és kapura használjátok, amit meghatároztunk.</i></p> <p>KÉRDÉS: Mire kell figyelnetek a játék közben?</p> <p>VÁRT VÁLASZOK:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Próbáljunk minél több gólt szerezni. – Próbáljuk ki az összes szert. 	<p><i>Figyeljete, hogy mindig az eszköznek megfelelő módon próbáljátok gólt szerezni! A kezilabdát egy kézzel hajítátok! A frizbinél nyúljátok keresztbe a testetek előtt a dobó kezetekkel, és onnan dobjátok ki egy kézzel! A baseballnál kétkézzel fogjátok az ütőt és lendítsetek keresztbe a testetek előtt majd onnan üssétek meg kétkézzel a labdát! Focinál figyeljete, hogy a cél irányába lendüljön a labatok! Azt az eszközt válaszd, amellyel még nem gyakoroltál! Próbáljátok meg változó távolságokból a gólszerzést!</i></p>	<p>4 pár (8 db) összehajtható kis kapu; 4 db U8 szivacskezilabda; 4 db 4-es focilabda; 4 db baseballütő + -labda; 4 db frizbi; 20 db pionbója; 4 db, kb. 50 cm magas bója</p>

