

Célba rúgás

Tanulási cél:

- a játéktér ütközések nélküli kihasználása,
- labdarúgásra jellemző labdavezetés, irányváltoztatások és lövések gyakorlása.

Feladat leírása	A feladat ismertetése	Feladat közbeni instrukció	Szükséges eszközök
<p>A terület közepén kijelölünk egy 6 méter széles és 3 méter hosszú sávot. A pálya végén 4 db kiskaput teszünk le, a kapuk előtt kb. 3-4 méterre 3 rúgófalat állítunk fel. A pálya elején bójákkal jelöljük az indulási helyeket. A kijelölt sávban három tanuló helyezkedik el, a többiek labdával az indulási bójáknál állnak; egy bója mögött 2-3 tanuló. A sávban álló tanulók lesznek a fogók. Cél, hogy a labdás tanulók úgy vezessék át a labdát a sávon, hogy ne tudják megérinteni őket, majd a labdát a rúgófalra passzolják, és a visszapattanó labda átvétele után valamelyik kiskapuba rúgják azt. Megkötés, hogy a lövés után a labdát a két oldalsó üres sávban kell visszavezetni. A belső sávban lévő tanulókat kb. percenként cseréljük.</p>	<p><i>A pálya közepén láttok egy téglalap alakú sávot. A pálya végén pedig célfelületeket. A játék neve: célba rúgás.</i></p> <p>BEMUTATÁS KÖZBENI MAGYARÁZAT: <i>Kérem, hogy a sávba álljon be három tanuló. A többiek az indulást jelző bójáknál álljanak fel egy-egy labdával. A sávban az lesz a feladatotok, hogy próbáljátok megfogni, azaz megérinteni az áthaladó, labdát vezető társatokat. A bójáktól labdavezetéssel kell elindulnotok és átjutnotok a sávon lehetőség szerint úgy, hogy a fogók ne tudjanak megfogni benneteket. Amikor ez sikerült, passzoljátok rá a labdát a rúgófalra, és a visszapattanó labdát átvétellel vagy átvétel nélkül próbáljátok a kapuba rúgni! A labdákkal a pálya oldalán labdavezetéssel gyertek vissza a kiindulási oldalra. Jelezni fogom, mikor kell a sávfogókat lecserélni.</i></p> <p>KÉRDÉSEK: <i>Hogyan tudtok úgy áthaladni a sávon a fogók között, hogy ne fogjanak meg benneteket? Merre lendítitek a lábatokat a rúgásnál?</i></p> <p>VÁRT VÁLASZOK:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Cselezéssel, irányváltoztatással. – A cél irányába. 	<p><i>Próbáljátok meg úgy cselezni, ritmust változtatni labdavezetés közben, hogy a fogók ne tudjanak elkapni titeket!</i></p> <p><i>Próbáljátok végrehajtani a feladatot jobb oldalról, bal oldalról és középről egyaránt!</i></p> <p><i>A fogó közötti üres területet keressétek! Figyeljétek, melyik fogó nem figyel éppen rátok!</i></p>	<p>4 db pionbója;</p> <p>3 db rúgófal;</p> <p>4-4-4 db focilabda;</p> <p>4 db összehajtható kiskapu;</p> <p>Tape ragasztószalag</p>



