

JÁTÉKGYŰJTEMÉNY

1.

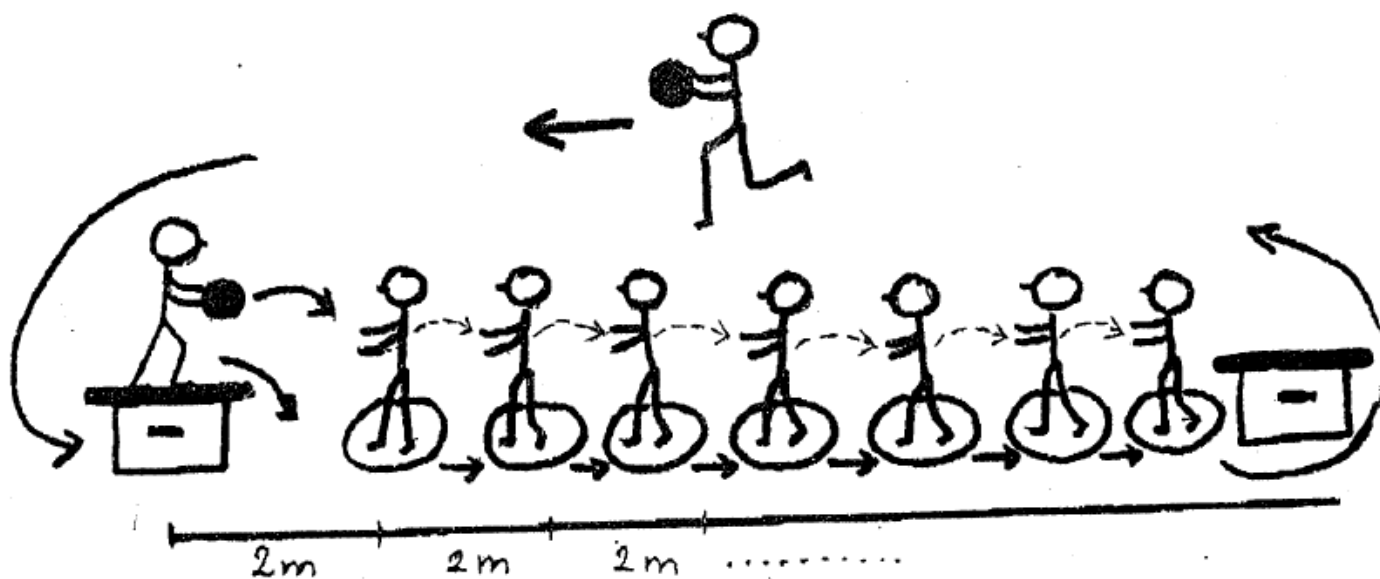
LABDAADOGATÓ VERSENY

FELADAT:

A kezdő játékos a zsámolyon áll. A labda a kezdő játékos kezében van. Jelre a kezdő játékos átadja a labdát a mellette lévőnek, tetszőleges módon. Mindenki továbbadja a következő embernek, játékost kihagyni nem szabad. Amikor az utolsó karikában lévő átvette a labdát, kilép a karikából, zsámolyt kerül és egyenes vonalban fut vissza az induló zsámoly mögé. A társai közben egy karikával tovább állnak fel. A zsámolyról indítja útjára a labdát. Egyszer mindenki kezdő játékos lesz.

SZABÁLY:

Ha a labda elgurul, vissza kell vinni. Átadást csak a karikából lehet végrehajtani. Egyik lábbal kiléphet.

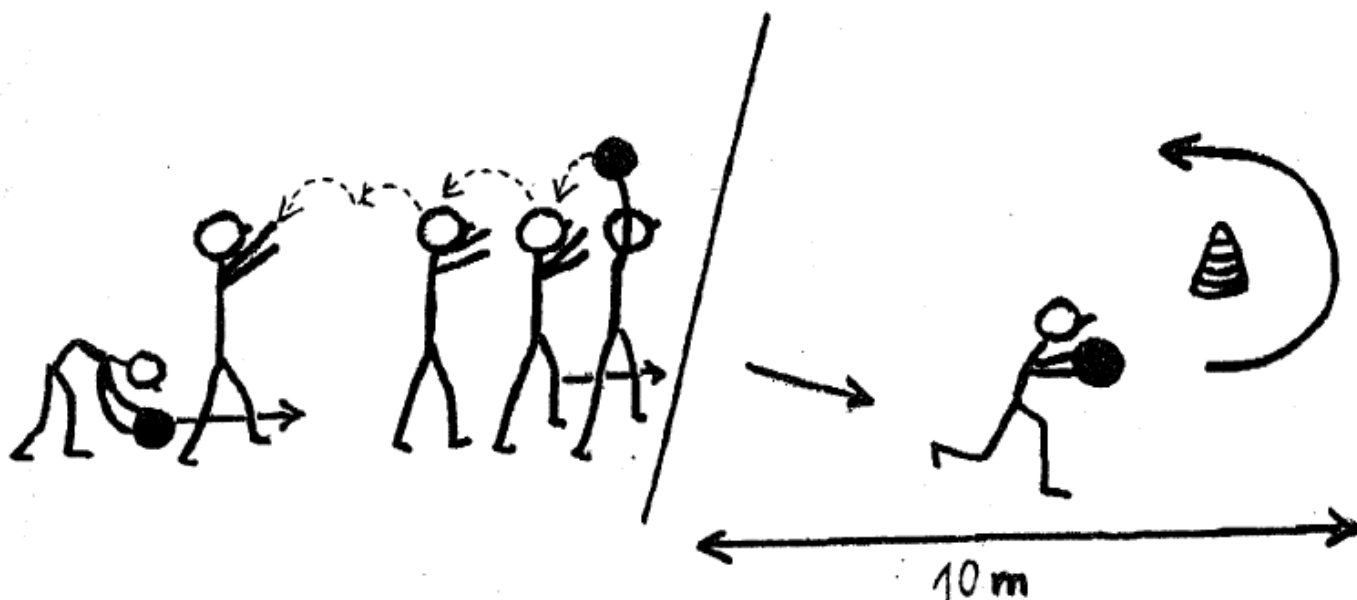


*ALAGÚTON ÁT*FELADAT:

A csapat tagjai a labdát a fej fölött adják hátra, átveszik, majd továbbadják, mindenkinek érinteni kell. Amikor a sor utolsó emberéhez ér a labda, ő az „alagútban” gurítja a labdát és átbújik az „alagúton”. Az induló vonal előtt kézbe veszi, futással megkerüli a 10 m-re lévő tárgyat, majd beáll az induló vonal mögé az első helyre. Innen indítja útjára a labdát. Így tovább...

SZABÁLY:

Ha valaki a labdát elejti, felveszi, visszaáll a helyére és folytatja az átadást.



3.

AKADÁLYPÁLYA

FELADAT:

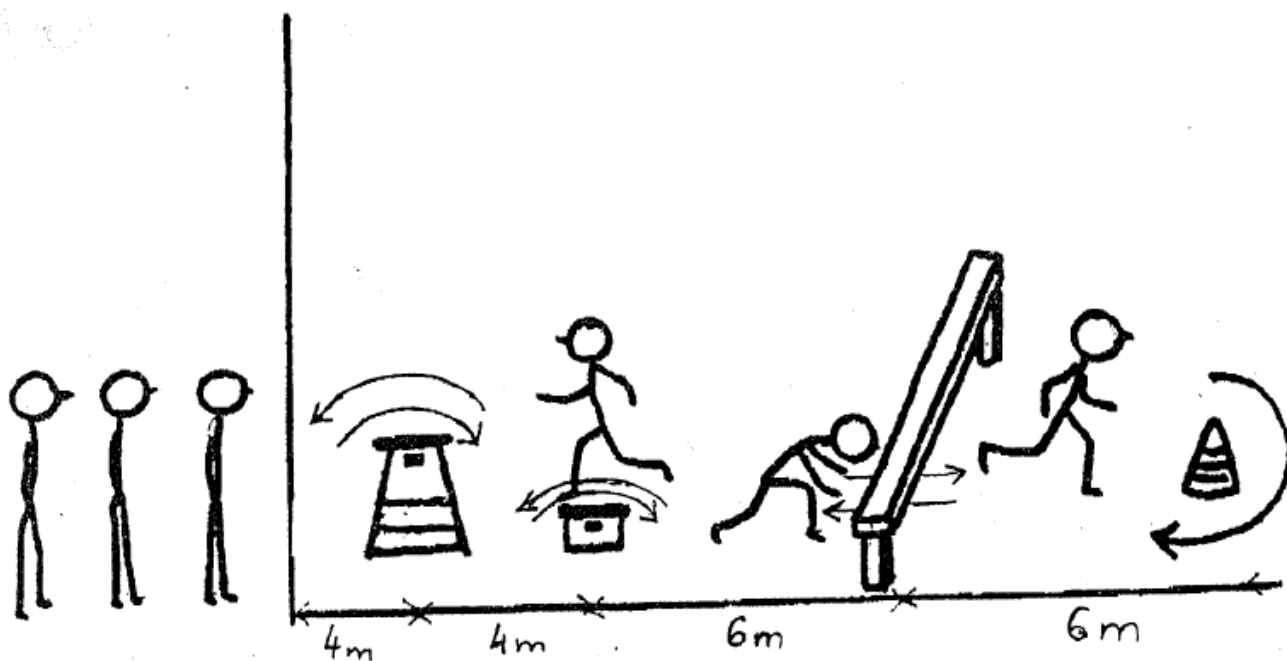
Az induló játékos a rajt után átmászik a szekrényen. Átugrik a zsámoly fölött, fut tovább, átcsúszik az akadály alatt, megkerüli a bóját.

Visszafelé a teljes feladatot ismétli.

Váltás kézérítéssel az induló vonalon.

SZABÁLY:

Akadályt kihagyni nem szabad.



4.

LABDAHORDÁS

FELADAT:

A csoport első párja a kosárban lévő labdákkal fut a szekrény felsőrétségig, ott a labdákat beleöntik, a kosarat leteszik.

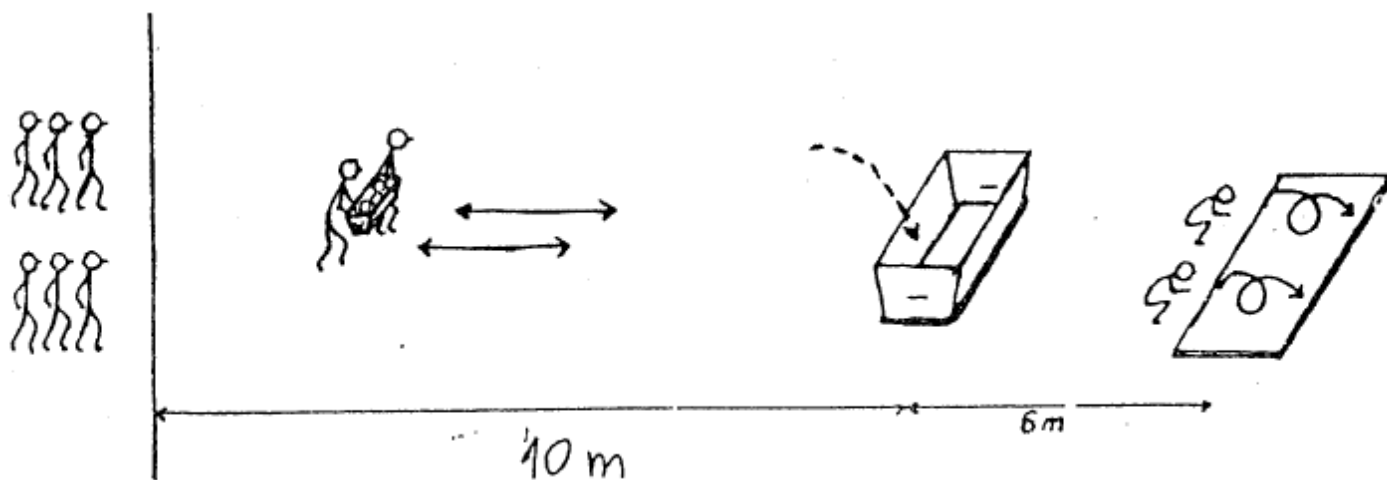
Elfutnak a szőnyegig, ott gurulóátfordulást végeznek előre guggolásba. Felállnak, futnak vissza a szekrényig. A labdákat a kosárba rakják. A kosárban lévő labdákkal haladnak az indulóvonalig, ott a szerek átadásával váltják, indítják a második párt.

SZEREK:

2 foci-, 2 kosár-, 2 kézi-, 2 gumilabda, 1 műanyag kosár, 1 szekrény felsőrész.

SZABÁLY:

Ha a labda elgurul, utána kell menni és visszatenni a helyére. Vonalnál tegye le a kosarat!



5.

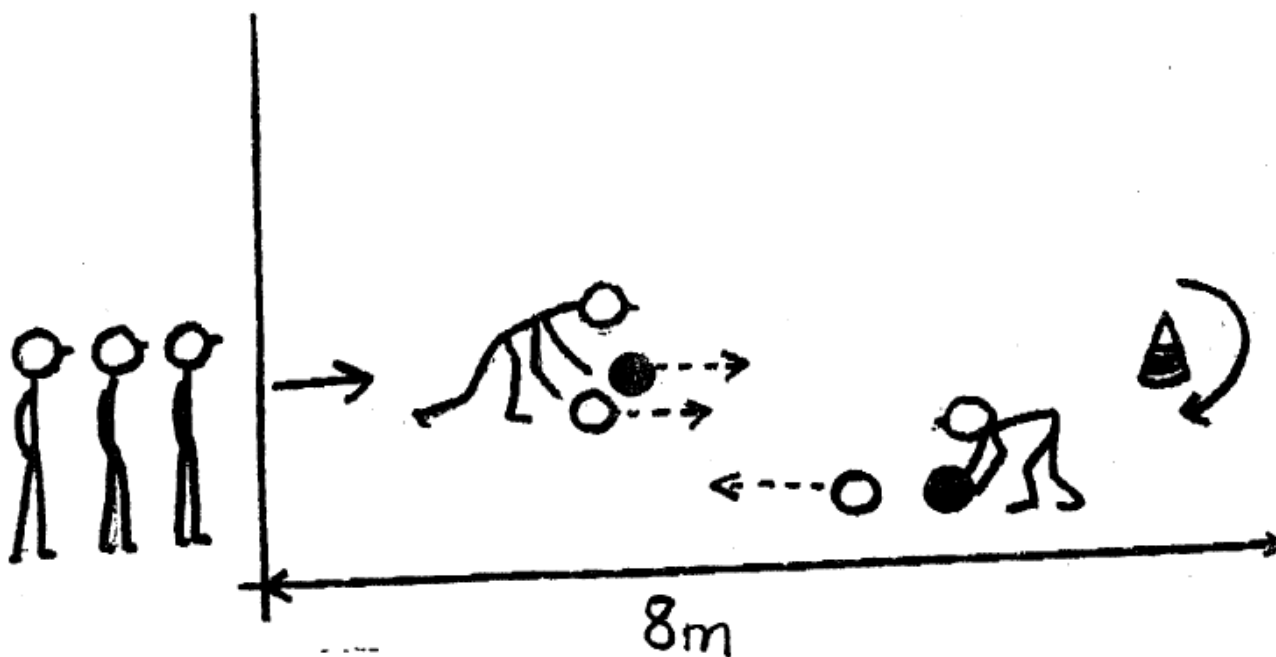
LABDAGURÍTÁS

FELADAT:

Egyszerre két labdát - 2 kg-os medicinlabda és egy kosárlabda - kell kifelé haladva a talajon gurítani a bójáig. Bójakerülés után visszafelé a kézben tartott kosárlabdával kell a medicinlabdát gurítani.

SZABÁLY:

Végig gurítani kell a labdát.



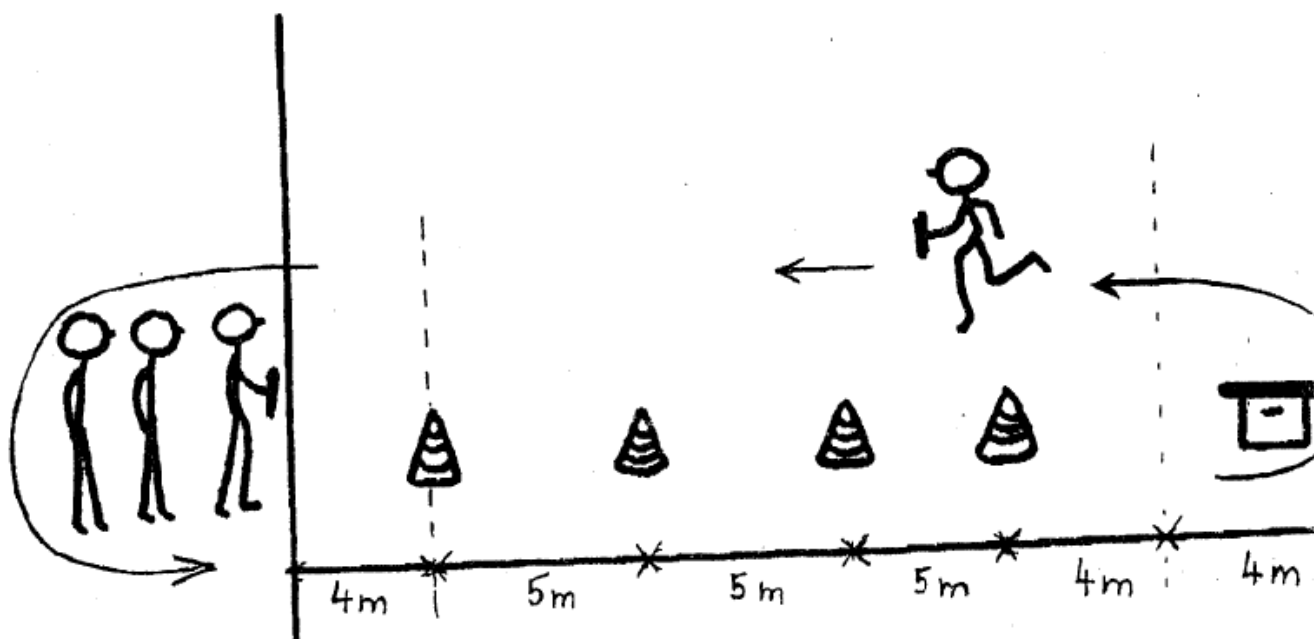
*FUTÁS VALTÓBOTTAL*FELADAT:

Az induló játékos kezében váltóbot van. Szlalom futással halad kifelé, amikor az utolsó bóját elhagyja, leteszi a botot a földre. Megkerüli a zsámolyt, visszafelé felveszi a botot és egyenes vonalban fut a labdák mellett.

Sorkerülés után az első bójáig átadja társának a váltóbotot. Aki teljesítette a feladatot beáll a csapat végére.

SZABÁLY:

A váltóbotot az utolsó bója után 4 méteren belül le kell tenni.

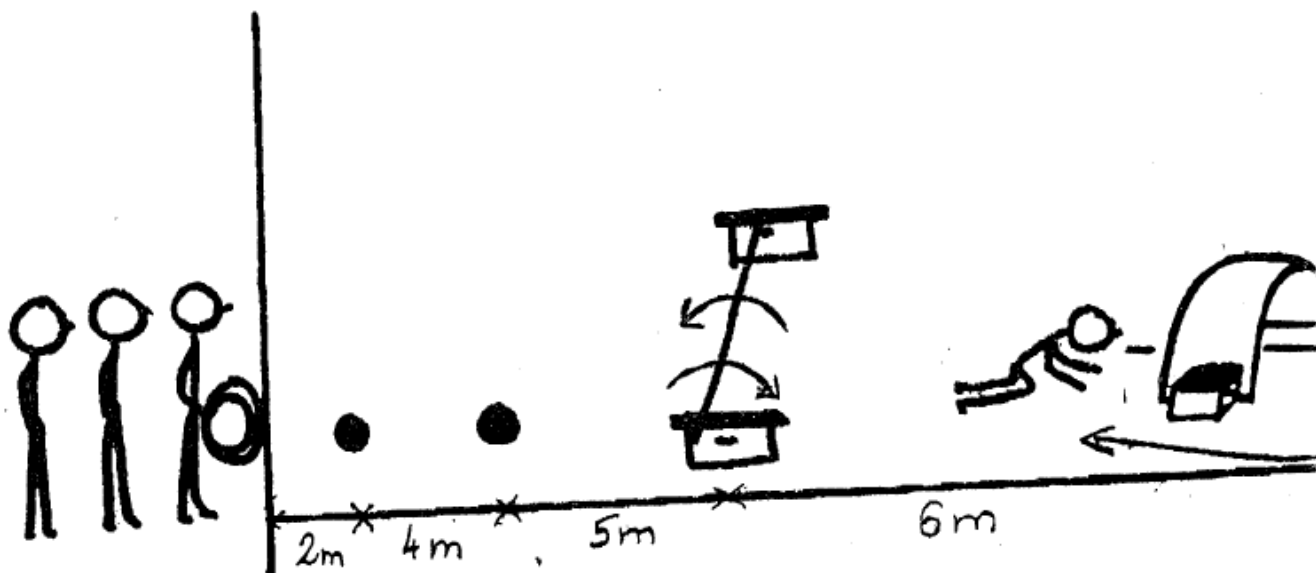


*KARIKA KIRAKÓ*FELADAT:

Az induló játékos két karikát tart a kezében, melyeket egyenként a medicinlabdákra tesz le. A labdának a karikán belül kell lenni. Utána átugrik az akadály fölött, átbújik az alagúton, visszafelé ismét átugorja az akadályt. A két karikát összegyűjti és a rajtvonalon karika átadással indítja a társát.

SZABÁLY:

Ha leveri a tornabotot, a versenyzőnek kell visszatenni.



8.

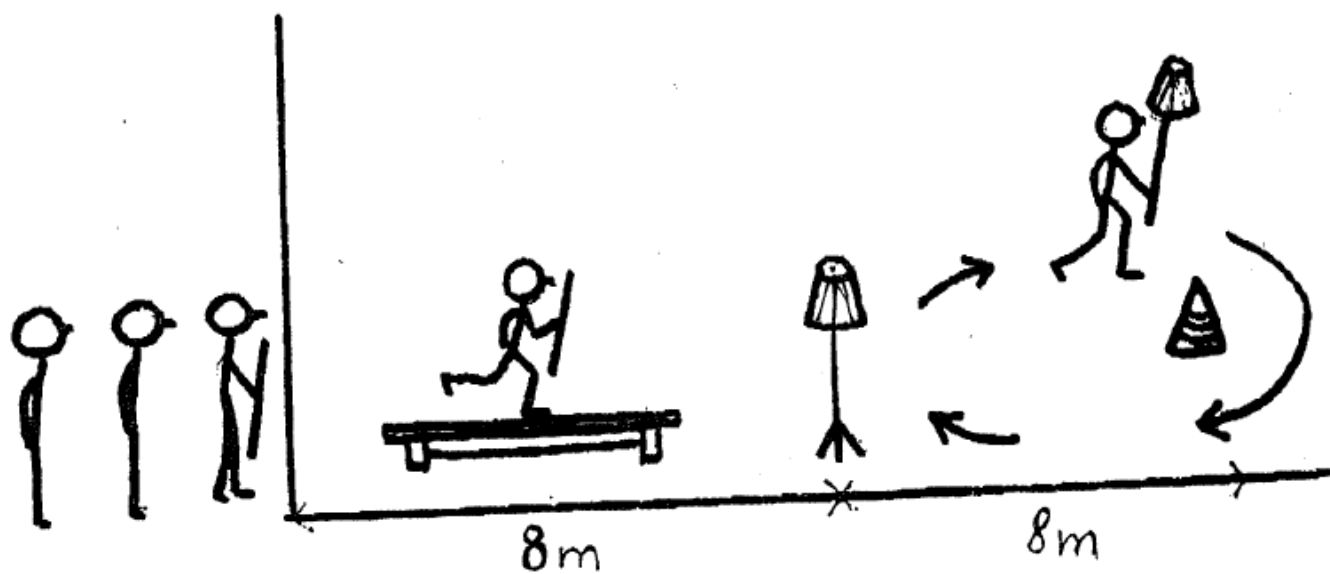
KALAIPOS VÁLTÓ

FELADAT:

Az induló játékos tornabottal a kézben végigfut a padon. 160 cm magas állványról bottal leemeli a műanyag szemetes kosarat és futva megkerüli a bóját, majd a bottal visszahelyezi az állványra. Visszafelé átfut a padon és tornabot átadással indítja a társát.

SZABÁLY:

A műanyag szemetes kosárhoz kézzel nem érhet. Ha leesik, akkor a földről felveheti, visszateheti, de csak utána haladhat tovább.

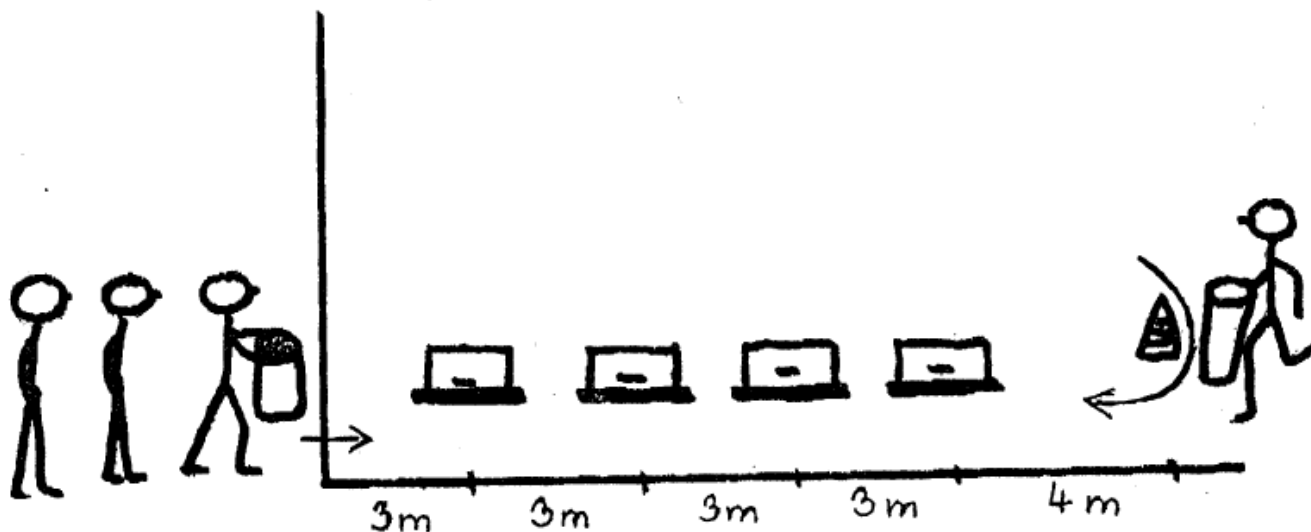


*KOSÁRBA LABDA*FELADAT:

Az induló játékos a rajt után a műanyag szemetes kosárban lévő négy stukk labdát kirakja a zsámolyokba, mindegyikbe egy labda kerül. Megkerüli a pálya végén lévő bóját. Visszafelé összeszedi a négy labdát. A váltást a kosár és a labdák átadásával hajtják végre.

SZABÁLY:

A bójakerülés csak akkor érvényes, ha a labda a zsámolyban marad.



10.

AKADÁLYPÁLYA

FELADAT:

A rajt után páros lábon szökdel fel-le a zsámolynál a versenyző. Az első zsámolyra fellép, az utolsóról tetszőlegesen ugrik le. Felmászik a szekrényre, lecsúszik a tornapadon. Bóját kerül, fut vissza. A váltás kézértéssel történik.

