



TEEMA

Futisleikki

HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

Leikkisä alue, jonka sisällä valmentajan määrittelemä määrä pelaajia. Jokaisella pelaajalla on housunreunan alla häntä (esim. liivi), ja valmentajan merkistä pelaajat pyrkivät ryöstämään toisten pelaajien häntä itselleen käteensä. Mikäli pelaaja menettää oman häntänsä, tämä asettaa itselleen uuden hännän kädestään, mikäli on saanut niitä ryöstettyä tai pyrkii ryöstämään itselleen uuden hännän. Leikki loppuu valmentajan merkistä, jolloin pelaajat laskevat ryöstämänsä hännät ja eniten häntiä kerännyt pelaaja voittaa pelin.

TEKNINEN

Harhauttaminen ja ohittaminen (ilman palloa),
vartioinnista irtautuminen

LAATUTEKIJÄT

Vastustajan havainnointi, milloin oikea aika iskeä?

TAKTINEN

FYYSINEN

Suunnanmuutokset, kehon asennon muuttaminen,
askelfrekvenssi

HENKINEN

Halua voittaa!

AVAINKYSYMYKSET