



TEEMA

Futisleikki

HARJOITTEEN KUVAUS / SÄÄNNÖT

Pelaajille pallot joita lähdetään kuljettamaan eri tavoin alueella. Valmentajan antaessa merkin pelaajien on suoritettava jokin tehtävä. Jatkaa saa taas, kun annetaan uusi merkki.

Vaiheet:

1. Kuljetetaan palloa maassa käsillä vierittäen. Pysähdy merkistä, laita jalka pallon päälle ja jää seisomaan paikallasi.
2. Kuljetetaan palloa maassa jaloilla hallitusti. Pysäytä merkistä pallo jalalla ja laita jalka pallon päälle

TEKNINEN

Kuljettaminen, pallon kontrollointi, pysähtyminen

LAATUTEKIJÄT

TAKTINEN

Muiden pelaajien havainnointi, tilan havainnointi

FYYSINEN

Motoriset perustaidot, välineenkäsittely,
silmä-jalka-koordinaatio

HENKINEN

Suorita ohjeiden mukaisesti ja halua kehittyä!

AVAINKYSYMYKSET