

"Linnake"




Teema

Koordinaatio, ryhmätoiminta.

Välineet

Pallo ja liivi "suojatun" pelaajan merkitsemiseksi.

Symbolit

-  = syöttö/laukaus
-  = kuljettaminen
-  = liikkuminen ilman palloa



Organisointi ja harjoitteen kuvaus

Pelaajat jaetaan 4-5:een "linnakepelaajaan" sekä yhteen linnakkeen "tuhoajaan", jolla on pallo kädessään. Linnakkeen heikko kohta on yksi pelaaja, jolle annetaan liivi. Tuhoaja yrittää liikkua niin, että hän pystyy koskettamaan pallolla liivillä merkattua pelaajaa. Linnakkeen pelaajat yrittävät koordinoida omat liikkeensä niin, että he suojaavat heikkoa kohtaa.

Vaikeuttaminen

"Tuhoajan" tehtävää voi vaikeuttaa esimerkiksi sillä, että tämän täytyy hypätä koko ajan yhdellä jalalla.

