

RACZKI NA BRAMKACH

creator
unicobach



ORGANIZACJA:

- Trener ustawia 3-4 bramki ze stożków, każda o szerokości około 3 metrów.
- W każdej bramce znajduje się jeden zawodnik bez piłki.
- Pozostałe dzieci otrzymują piłki.
- Bramek powinno być mniej niż zawodników z piłkami (np. 4 bramki i 4 bramkarzy oraz 8 atakujących z piłkami).

PRZEBIEG:

- Zawodnicy bez piłek są bramkarzami; poruszają się w podporze tyłem i nie mogą opuszczać swojej bramki. Bronią jej z obu stron przed atakującymi. Nie mogą używać rąk, wybijają piłkę tylko nogami.
- Pozostałe dzieci prowadzą piłki w dowolny sposób.
- Ich zadaniem jest przeprowadzenie piłek przez jak największą liczbę bramek.
- Nie można przeprowadzić piłki dwa razy z rzędu przez tę samą bramkę.
- Trener zmienia bramkarzy co kilkadziesiąt sekund, jednocześnie pytając pozostałe dzieci, ile punktów udało im się zdobyć.
- Zadanie powtarzamy przynajmniej 3-4 razy. Każdy musi być bramkarzem przynajmniej jeden raz.

MODYFIKACJE:

- Bramkarze mogą używać rąk do bronienia.
- Dzieci dobrane są w pary (bramkarz i atakujący). Każda para ma jedną bramkę.

WSKAZÓWKI:

- Dzieci próbują poprawić swoje wyniki w każdej następnej rundzie.
- Trener też ma piłkę. Jeśli widzi, że któryś z bramkarzy stoi beczynnym, może wziąć udział w zabawie i próbować przeprowadzić piłkę przez bramkę.