

Exercițiul săptămânii (1)

Materiale necesare:

- Conuri, multe mingi.

Număr de jucători:

- Lotul de jucători.

Descrierea exercițiului:



Materialele așezate ca și în figură, fiecare jucător A va avea în posesia lui câte o minge.

Jucătorul A pasează mingea jucătorului B (1), jucătorul B pasează mingea jucătorului C (2).

Jucătorul C pasează mingea scurt jucătorului B (3), jucătorul B vine în alergare spre minge (I) intră în posesia acestia și finalizează cu șut la

poartă (4).

Jucătorii își vor schimba locurile în ordine alfabetică.

PROGRESIA 1



Fiecare jucător A va avea în posesia lui câte o minge.

Jucătorul A pasează mingea jucătorului C (1), jucătorul C pasează mingea jucătorului B (2).

Jucătorul B pasează mingea jucătorului A pe poziție viitoare (3).

Jucătorul A vine în învâluirea jucătorului C (I), intră în posesia mingii și finalizează cu șut la poartă (4).

Jucătorii își vor schimba locurile în ordine alfabetică.

PROGRESIA 2



Fiecare jucător A va avea în posesia lui câte o minge.

Jucătorul A pasează mingea jucătorului C (1).

Jucătorul C pasează mingea jucătorului B (2).

Jucătorul B pasează mingea jucătorului A (3), pe poziție viitoare (I).

Jucătorul A intră în posesia mingii, conduce printre conuri (4) după care finalizează acțiunea cu șut la poartă.

Jucătorii își vor schimba locurile în ordine alfabetică.

