

LÄNKYN TAEKWONDO HARJOITUSKORTTI 5

Kangasala

LASTEN MOTORISET PERUSTAITOT

Motorinen perustaito: Välineen käsittelytaidot

Aihe: Heittäminen

Suoritus aika: 10 min.

Välineet: Hernepusseja ja 3–4 hulahula vannetta / vyö

Suoritustapa: Ensin sijoitetaan vanteet / vyöt (jotka asetettu ympyrän muotoon) vierekkäin salin toiseen päähän. Vanteiden välissä n. 0,5 m. Sitten jaetaan leikkijät pareiksi. Pareille annetaan 2 hernepusia per leikkijä. Tämän jälkeen leikkijät yrittävät saada hernepussinsa vanteiden / vöiden sisään.

Pisteitä tulee seuraavanlaisesti:

- lähimpänä olevasta 1 p.
- toiseksi lähimmästä 2 p.
- kolmanneksi lähimmästä 3 p.
- kauimmaisesta 5 p.

Se pari, jolla on 2 kierroksen jälkeen eniten pisteitä voittaa.

