

LÄNKYN TAEKWONDO HARJOITUSKORTTI 18

Kangasala

LASTEN MOTORISET PERUSTAITOT

Motorinen perustaito: Liikkumistaidot

Aihe: Käveleminen

Suoritus aika: 10 min.

Välineet: 1–2 pehmeää palloa, kartiot

Suoritustapa

Rapupolttopallo

Rajataan kartioilla sopiva leikkialue. Kaikki leikkijät asettuvat alueen sisälle rapukävely asentoon. Valitaan joukosta 1–2 polttajaa. Polttaja /-t tekee aloitusheiton rajatun alueen ulkopuolelta. Polttajan täytyy heittää sieltä mistä, milloinkin saa pallon kiinni eli polttaja / -t eivät saa liikkua pallon kanssa. Leikkijät liikkuvat rapukävelyllä ja saavat torjua ja potkia palloa. Kaikkialta muualta palaa paitsi polven alapuolelta ja päältä.

