

SKOLELERNES MOTIONS DAG

SBBS
.INFO



Aktivitet

Hulahop fodbold

Krav

En fodbold til hver elev. Mange hulahopringe. Stort areal, græs eller hal. Ghettoblaster og musik med gang i.

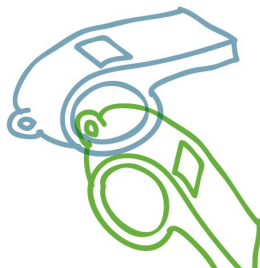
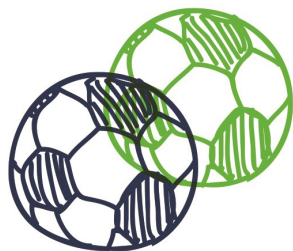
Beskrivelse

Alle hulahopringe spredes ud i området. Eleverne dribler rundt mellem hulahopringene og hinanden med hver deres bold, mens musikken spiller. Når musikken stopper skal elever hurtigt dribble hen til en hulahopring og stå med foden og bolden inde i ringen. Når musikken spiller, dribler eleverne rundt, når musikken stopper dribler eleverne hen til en ring. Aktiviteten fortæller sådan. Underviseren fjerner hulahopringene undervejs, så der til sidst er en eller to tilbage.

Når eleverne dribler får de forskellige opgaver undervejs. Fx at øve temposkift, retningskift, trække bolden med sig, dribble skiftevis med højre og venstre fod, lave finter.



dansk
skoleidræt



TrygFonden

