

## KIDOBÓ10.

### LEÜLŐS KIDOBÓ

#### 1) Az alkalmazás célja:

Mozdulatgyorsaság, célzókészség, képességfejlesztés.

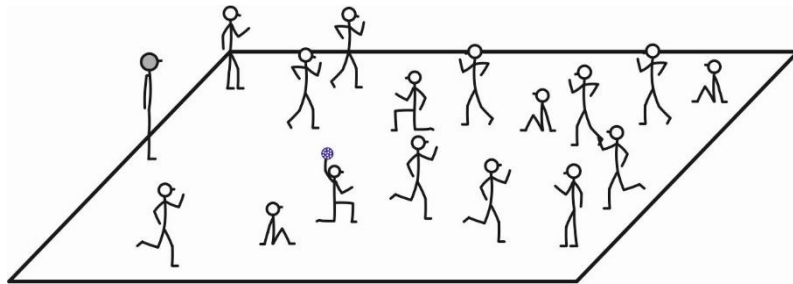
#### 2) A játék leírása:

A játék felállása megegyezik az egyszerű kidobónál ismertetettel. Akit érvényesen eltalálnak, ott helyben leül. Rák- és pókjárásban mozoghat, labdát szerezhet, ülésből, vagy legfeljebb féltérdelésig felemelkedve megpróbálhatja álló társát kidobni. Ha ez sikeres, helyet cserél vele, állva folytathatja a játékot; ha nem talál, ülve marad. Az utolsóként maradó 2-3 tanuló lehet a győztes.

#### 3) Szabályok:

- Az kidobó általános szabályai érvényesek.
- A 3 mp-es szabály az ülő játékosokra is vonatkozik.
- A labdás játékost is ki lehet dobni (ha több labda van a játékban), ekkor a találatot kapó először köteles leülni, csak utána próbálkozhat a kidobással.

#### 4) Térrajz:



#### 5) Szükséglet:

- gumilabda

#### 6) Variációk:

- A kidobott játékos nem állhat fel a továbbiakban, viszont labdát szerezhet és ki is dobhatja álló társait.

#### 7) Megjegyzések, metodikai tanácsok:

Több labdás játék esetén nehéz követni a szabadulásokat, ezért lényeges, hogy az ülő játékosok nem állhatnak fel a kidobási kísérlethez. A játék alapszabályából következik, hogy egy adott idő után nem nőhet az állva lévők száma, hiszen csak akkor állhat fel valaki, ha helyette leül az, akit eltalált. Az állók és ülők egymás közötti adogatásának is lehet szerepe. Pillanatnyi „szövetségesként” játszhatnak, bár az alapfelállítás szerint mindenki mindenki ellen küzd.