

Mängu nimi: **pallisõda**

Mängu tüüp: võistkondlik

Arendatav võime: viskevõime, vastupidavus, kiirus

Mängijate vanus: 7-...

Mängijate arv: 8-...

Liikumise intensiivsus: suur

Kasutatavad harjutused: jooksu-, viske-, vastupidavusmäng

Koht: võrkpalliplats või koht, kus saab üle nõöri visata

Vajalikud vahendid: võrkpalli võrk/ nõör, viskepallid

Mängu reeglid: Mõlemal võistkonnal on võrdne arv palle. Peale stardikäsklust alustavad võistkonnad oma pallide viskamist üle võrgu. Võidab võistkond, kes saab omalt poolelt kõik pallid vastaste poolele visatud või võistkond, kelle väljakupoolel on mänguaja lõppedes vähem palle kui vastastel.

Märkused: Palli tohib visata vastavalt kokkuleppele kas ainult ühe käega või kahe käega. Võrgu alt ei tohi pall läbi minna. Kohtunik annab aega 30sek – 5 min. Juhul, kui enne ajalimiiti saavad ühel võistkonnal pallid otsa, saavad nad punkti.

Kirja pannud: Heiko Väät (Audentese Spordilubi)

Koolitussarja toetab: