

Mängu nimi: **rahvastepall võimlemismattidega** (2mx1mx5cm)

Mängu tüüp: võistkondlik pallimäng

Arendatav võime: vastupidavus, osavus, viskamine

Mängijate vanus: alates 8. eluaastast

Mängijate arv: vähemalt 6 mängijat

Liikumise intensiivsus: suur

Kasutatavad harjutused: jooks, vise

Koht: võimla

Vajalikud vahendid: pallid, matid

Mängu reeglid: Mõlemad võistkonnad peavad võimlemismatti vertikaalselt maaga keset mänguplatsi püsti hoidma ja samal ajal rahvastepalli tavaliste reeglite järgi mängima.

Kes palliga pihta saab, läheb välja ja kui matt pikali põrandale kukub, saab vastasvõistkond punkti ning algab uus mäng.

Ohutus: õpilased peavad jälgima, et nad üksteisele otsa ei jookseks, kui matti hoiavad ja mati ümber keerlevad ning samal ajal palli nende suunas visatakse.

Märkused: matti hoides ei saa ära unustada, et käib rahvastepalli mängimine

Kirja pannud: Anu Vackermann , Nõmme Kergejõustikuklubi

Koolitussarja toetab: