

STÅTROID

Rekvisitter:

(1 bold pr. spiller !!)

Kan leges med og uden bold

4 kegler/toppe

Veste til fangere

Beskrivelse:

- "Ståtrold" er en fangeleg.
- Fangerne har veste på og er "Trolde".
- Når man bliver fanget (rørt), skal man stille sig med spredte ben.
- Men kan blive fri igen ved at en af de øvrige kravler mellem benene på en.

Variationer:

- Fangerne har også en bold.
- Man kan fange ved at ramme bold mod bold
- Befri ved at score mellem ben

Formål—træningsmål:

- Spænding—arbejde under press
- Løb, retningsskift, "agility"
- Glæde
- (Vendinger, kigge op, boldkontrol)

4-6 år



ET GODT TRÆNINGSMILJØ:

Udvikling, variation, motivation, selvdisciplin, selvværd, selvtillid, kammeratskab.

