

Školka s míčem o zeď

(hru si samozřejmě můžete zjednodušit a pravidla upravit)

Pravidla:

hráč se snaží bezchybně zvládnout daný úkon s míčem a pak teprve může přistoupit k dalšímu úkolu (více hráčů: pokud první hráč při plnění úkolu udělá chybu, pokračuje ve hře soupeř s tím, že první hráč se v dalším kole vrací k úkonu, ve kterém před tím pochybil, a znovu se ho snaží splnit, aby mohl pokračovat dál)

1. úkol – hodit míč o zeď a chytit – 10x za sebou
2. úkol – hodit míč o zeď, tlesknout a chytit – 9x za sebou
3. úkol – hodit míč o zeď, 2x rychle tlesknout (nebo napodobit rukama motání klubíčka) a chytit – 8x za sebou
4. úkol – hodit o zeď, nechat spadnout na zem a odražený míč chytit – 7x za sebou
5. úkol – hodit míč o zeď pravou rukou a chytit ho také do pravé (jdi blíž ke zdi) – 6x za sebou
6. úkol – hodit míč o zeď levou rukou a chytit do levé – 5x za sebou
7. úkol – hodit míč o zeď pravou rukou, nechat spadnout na zem a odražený ho opět chytit do pravé (jdi trochu dál od zdi) – 4x za sebou
8. úkol – hodit míč o zeď levou rukou, nechat spadnout o zem a odražený ho chytit do levé – 3x za sebou
9. úkol – hodit míč o zeď, rychle se otočit o 360°, nechat spadnout na zem a odražený ho opět chytit – 2x za sebou
10. úkol – hodit o zeď, rychle se otočit o 360° a míč rovnou chytit – 1x

Některé složitější úkoly můžete nahradit jednoduššími:

- kutálet míč ke zdi a odražený chytit
- totéž ve stoji rozkročném zády ke zdi (asi krok od zdi) – předklonit, poslat míč pod nohama a odražený míč chytit...

Určitě vymyslíte i další způsoby.