

Labdaemelgetés váltott  
lábbal (3 kísérlet)

| lányok            | fiúk              | pont |
|-------------------|-------------------|------|
| 20 db             | 26 db             | 10   |
| 18                | 24                | 9    |
| 16                | 22                | 8    |
| 14                | 20                | 7    |
| 12                | 18                | 6    |
| 10                | 16                | 5    |
| 8                 | 14                | 4    |
| 6                 | 12                | 3    |
| 4                 | 10                | 2    |
| 2                 | 8                 | 1    |
| 2-nél<br>kevesebb | 8-nál<br>kevesebb | 0    |

A földről felvett vagy feldobott labdát a láb bármely részével történő érintéssel kell levegőben tartani. A szabályos érintéssel történő érintéseket kell számolni.

Összetett feladat.  
(3 kísérlet)

| lányok, fiúk                                                          |         |
|-----------------------------------------------------------------------|---------|
| Maximális pontszám 10 pont.<br>Pontok vonhatók le az alábbi hibákért: |         |
| messzire elgurul a labda                                              | -2 pont |
| csak az egyik lábával vezeti a labdát                                 | -2 pont |
| a labdavezetés nem folyamatos                                         | -2 pont |
| a végrehajtás lassú                                                   | -2 pont |
| többször megakad a labda a medicin-labdákban                          | -2 pont |

Szalom labdavezetés 10m-en 5 db egyenlő távolságra elhelyezett medicinlabda között oda-vissza, majd kapura lövés 10 méterről. A kapura lövés erős, irányított.

**BÜNTETŐ DOBÁS FIÚK 7-ES ,  
LÁNYOK 6-OS MÉRETŰ  
KOSÁRLABDÁVAL**

| BEDOBOTT KOSÁR | PONT    |
|----------------|---------|
| 10             | 10 PONT |
| 9              | 9 PONT  |
| 8              | 8 PONT  |
| 7              | 7 PONT  |
| 6              | 6 PONT  |
| 5              | 5 PONT  |
| 4              | 4 PONT  |
| 3              | 3 PONT  |
| 2              | 2 PONT  |
| 1              | 1 PONT  |
| 0              | 0 PONT  |

**ÖSSZTETT FELADAT (2 KÍSÉRLET)  
LÁNYOK/FIÚK**

| MAX PONTSZÁM 10 PONT<br>PONTOK VONHATÓK LE AZ<br>ALÁBBI HIBÁKÉRT |        |
|------------------------------------------------------------------|--------|
| HA A LABDAVEZETÉS NEM FOLYTONOS, BIZONYTALAN                     | 2 PONT |
| HA AZ ÁTADÁS PONTATLAN                                           | 2 PONT |
| HA TECHNIKAI HIBÁT VÉT                                           | 2 PONT |
| HA A FEKTETT DOBÁS HIBÁS LÉPÉSSSEL VAGY TECHNIKÁVAL TÖRTÉNIK     | 2 PONT |
| HA A VÉGREHAJTÁS LASSÚ                                           | 2 PONT |

A pálya jobb oldalán alapvonalától fél pályáig szalom labdavezetés bolyák között az irányváltásoknak megfelelő labdavezetéssel. Fél pályáról passzolás az alapvonalnál álló társnak. Futás a gyűrű irányába, majd a társtól vissza kapott labdából fektetett dobás (ziccer). Ugyanez ismétlése a pálya másik oldalán