

Football3Color

www.football3color.com

אתר ללימוד יסודות הכדורגל בצבעים
טל: 09-8618212, פקס: 09-8627589
football3color@gmail.com

אימון לגילאי 6-8

שם המשחק: המשולש שלי- בשיטת football3color .

מיומנות: מסירה וכדור ב-6 חלקי הרגל

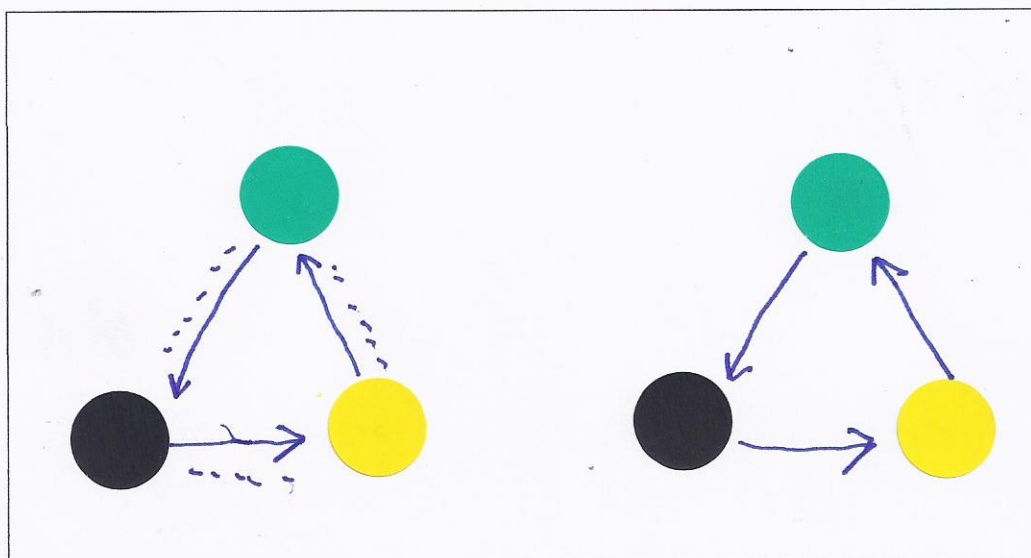
מספר שחקנים: כל הקבוצה.

ציוד: קונוסים בצבעי הנעליים וכמות הקונוסים כמספר השחקנים, לכל שחקן כדור ולכל שחקן נעלי football3color 4 קונוסים לסימון המגרש.

גודל המגרש: 20X20 מטר.

ארגון: כל 3 שחקנים הם קבוצה ועושים משולש שווה צלעות שהמרחק אחד לשני 6-7 מטר (קונוס צהוב, ירוק ושחור)

איך משחקים?: כל שחקן מהשלישייה תופס מקום ליד אחד הקונוסים השחקן ליד הקונוס הצהוב מוסר את הכדור בחלק הצהוב של הנעל וככה השחקן הירוק והשחור מניעים את הכדור בלי עצירה



וריאציות: 1. החלפת כיוון

2. מכניסים שני כדורים

3. השחקן שמוסר רץ למקום שמסר.

כל התרגילים עושים לשני הצדדים כדי ששני הרגליים יעבדו.