



A sport összeköt – testvériskolai kapcsolat kiépítése a
Péteváárái Tamási Áron Általános Iskola és a
Boglári Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola között
TÁMOP-3.3.14.A-12/1-2013-0033



Sportfoglalkozás-labdarúgás munkaterv

Fiúk – lányok
2x39 óra

Pádár Béla

KLIK 096005

Péteváárái Tamási Áron Általános Iskola

3250. Péteváára, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió
támogatásával valósulnak meg.

Munkaterv

<i>Óraszám</i>	<i>Cél, fejlesztés</i>	<i>Tananyag, tartalom</i>	<i>Követelmények</i>
1.	Sportágjellemző mozgásformák gyakorlása	Egyéni labdás feladatok Fogójátékok Foci 4:4 ellen	Labda biztonságos birtoklása, megállítása
2.	Labdaérezékelés	Fogójátékok Zsonglírozás-ügyességi feladatok labdával Foci 4:4 ellen	Labda talppal való érintése „dekázás” 5-6 érintés
3.	Labdakezelés formái	Futóiskola-labda nélküli koordináció Labdaérintések, labdaátvétel Foci 4:4 ellen	Átvétel elpattanás nélkül belsővel
4.	Labdabirtoklás feladatokkal	Páros labda nélküli gyakorlatok Labdavezetés	Társsal való együttműködés, labda nélkül és labdával

KLIK 096005

Pétevááárai Tamási Áron Általános Iskola

3250. Pétevááára, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió támogatásával valósulnak meg.



A sport összeköt – testvériskolai kapcsolat kiépítése a
Pétervásárai Tamási Áron Általános Iskola és a
Boglári Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola között



TÁMOP-3.3.14.A-12/1-2013-0033

		Foci 6:6 ellen	
5.	Játékkészség fejlesztése	Játék: „Szabadulás a labdától” kézzel- lábbal-fejjel Passzolások	Labda pontos irányítása álló helyből
6.	Labdabirtoklás akadályokkal	Labdás koordináció Szlalom labdavezetés Játék 6:6 ellen	Labdavezetés lassú futásban irányváltásokkal,
7.	Passzolás átvétel után szemben lévő társnak	Labdavezetés akadályok közt Rúgások gyakorlása „belső” érintéssel Játék 6:6 ellen	Labdavezetésből pontos passz végrehajtása
8.	Tanult gyakorlatok ismétlése	Akadálypálya ügyességi feladatokkal Labdaátvétel Házi bajnokság 3-as csapatokkal	Tanult elemek összekapcsolása
9.	Labdabirtoklás gyors végrehajtással	Városjáték Labdavezetés-megállítás	Lendületes labdavezetés, biztonságos megállítással

KLIK 096005

Pétervásárai Tamási Áron Általános Iskola

3250. Pétervására, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió
támogatásával valósulnak meg.



A sport összeköt – testvériskolai kapcsolat kiépítése a
Pétevárárai Tamási Áron Általános Iskola és a
Boglári Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola között



TÁMOP-3.3.14.A-12/1-2013-0033

		Játék 6:6 ellen	
10.	Passzolás szemben lévő társnak	Fogójáték labdavezetéssel Passzolás „külső” érintéssel Játék 6:6 ellen	Labdaátvétel külsővel a továbbindulás irányába
11.	Kapuralövés futtából	Futótechnika fejlesztése koordinációs létra segítségével Szlalom labdavezetés kapuralövéssel Játék 6:6 ellen	Labdavezetés után gólszerzés 10/5 minimum
12.	Párharcok 1:1ellen	Páros küzdő feladatok Labdatartás, cselezés Játék 6:6 ellen	Társ elleni küzdelem, labda fedezése, megtartása
13.	Labdatartás üres területre futással	Pontszerző játék kézzel 4:1 elleni labdatartás négyszögben Játék 4:4 ellen	Elmozgás után labdakezelés, pontos továbbítás, védekező mozgás elsajátítása

KLIK 096005

Pétevárárai Tamási Áron Általános Iskola

3250. Pétevárára, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió támogatásával valósulnak meg.

14.	Biztonságos labdakezelés	Labdás koordináció háromszögben Labdaátvétel „belsővel” Játék 4:4 ellen	Átvétel után passzolás 3.társnak
15.	Labdatartás, lövés „presszing” alatt	Zsonglírozás Párharc 1:1 ellen kapuralövessel Játék 6:6 ellen	Labda megtartása ellenféllel szemben, döntés után lövés megfelelő pontossággal
16.	Fejjáték pontos végrehajtása	„Szabadulás a labdától” játék kézzel- fejjel Fejelés könnyített labdával Játék 6:6 ellen	Fejelés homlokkal, halántékkal, törzs, nyak mozgás összehangolása
17.	Pozíciós játék	Labdás koordináció „y”- ban 4:1 elleni játék, labdatartás Játék 6:6 ellen	Labdatartás elmozgással, pontos továbbítással
18.	Kapuralövés átvétel után	Kézilabda játék, gól fejjel érvényes Kényszerítő passz, kapuralövés gyakorlása	Labda irányba való átvétele után helyezett kapuralövés

KLIK 096005

Pétevááárai Tamási Áron Általános Iskola

3250. Pétevááára, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió
támogatásával valósulnak meg.

		Játék 4:4 ellen 2-2 kapura	
19.	Párharc 1:1	Fogójátékok Labdatartás 1:1 ellen, négyszögben faljátékosokkal Játék 6:6 ellen	Labdabirtoklás társak segítségével
20.	Szabad területre futás, elmozgás	Labdás koordináció „négyszögben” Labdatartás 3:1 ellen –üres területre futás Játék 6:6 ellen	Folyamatos, célirányos mozgás átvétel után passz
21.	Játékkészség fejlesztése	Játék:”partizánlabda” Házi bajnokság 4-es csapatokkal	Játéköröm erősítése
22.	Versenyszellem kialakítása	Futóiskola Váltóverseny ügyességi feladatokkal Játék 6:6 ellen	Önbizalom, csapatszellem erősítése
23.	Pontos kapuralövés	Labdás koordináció „háromszögben” Kapuralövés Játék 3:3 ellen 2-2 kapura	Átadások mozgásban pontos végrehajtással

KLIK 096005

Pétevááááái Tamási Áron Általános Iskola

3250. Pétevááááa, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió támogatásával valósulnak meg.

24.	Játék gyorsítása	Páros feladatok—labdaérintés (belső- külső-lábfej) 3:1 elleni labdatartás 2 érintéssel 6:6 elleni játék	3 játékos összehangolt mozgása üres területre futással
25.	Összjáték társsal	Labdavezetés szlalomban—külső—belső érintés 2:2 elleni játék 2:2 kapura 6:6 elleni játék	Összjáték párban, befejezéssel
26.	Mozgáskoordináció fejlesztése	Fogójátékok (páros, halász) Akadálypálya ügyességi feladatokkal 6:6 elleni játék	Különböző mozgásformák összehangolása
27.	Védekező mozgás	Páros küzdő gyakorlatok 1:2 elleni védekezés Játék 2-2 kapura	Védekező mozgás gyakorlása
28.	Labdatartás üres területre futással	Pontszerző játék kézzel	Labdatartás gyakorlása

KLIK 096005

Pétevááááái Tamási Áron Általános Iskola

3250. Pétevááááa, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió
támogatásával valósulnak meg.

		4:1 elleni labdatartás négyszögben Játék 4:4 ellen	
29.	Biztonságos labdakezelés	Labdás koordináció háromszögben Labdaátvétel „belsővel” Játék 4:4 ellen	Labda „irányba” való átvétele
30.	Labdatartás, lövés presszing” alatt	Zsonglírozás Párharc 1:1 ellen kapuralövessel Játék 6:6 ellen	Párharc után helyezett lövés
31.	Versenyszellem erősítése	Futóiskola Váltóverseny ügyességi feladatokkal Játék 6:6 ellen	Játékosság, játéköröm mindenekelőtt
32.	Pontos kapuralövés	Labdás koordináció „háromszögben” Kapuralövés Játék 3:3 ellen 2-2 kapura	Összetett feladat megoldása pontos befejezéssel
33.	Játék gyorsítása	Páros feladatok—labdaérintés (belső- külső lábfej)	Összjáték érintésszám csökkentésével

KLIK 096005

Pétervásárai Tamási Áron Általános Iskola

3250. Pétervására, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió támogatásával valósulnak meg.



A sport összeköt – testvériskolai kapcsolat kiépítése a
Péteváááái Tamási Áron Általános Iskola és a
Boglári Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola között



TÁMOP-3.3.14.A-12/1-2013-0033

		3:1 elleni labdatartás 2 érintéssel 6:6 elleni játék	
34.	Támadásvezetés	Labda nélküli koordináció Labdás koordináció rombuszban 6:3 elleni játék befejezéssel	Labdatartás-labdavesztés után azonnali visszatámadás
35.	Létszámfölényes támadásvezetés	4:2 elleni labdatartás Támadásvezetés 4:2 elleni labdatartásból Játék 6:6 ellen	Létszámfölényes helyzetek megoldása befejezéssel
36.	Kapuralövés	Fogójátékok Kapuralövés különböző helyzetekből Célbarúgó verseny	Kapuralövés pontosságának növelése
37.	Lábténisz	Lábténiszverseny párokban	Technikai készségek használata versenyhelyzetben
38.	Házibajnokság	3:3 elleni játék	
39.	Házibajnokság	8:8 elleni játék	

KLIK 096005

Péteváááái Tamási Áron Általános Iskola

3250. Pétevááára, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió
támogatásával valósulnak meg.



**A sport összeköt – testvériskolai kapcsolat kiépítése a
Pétervásárai Tamási Áron Általános Iskola és a
Boglári Általános Iskola és Alapfokú Művészeti Iskola között**
TÁMOP-3.3.14.A-12/1-2013-0033



Eszközök: Labdák, bolyák, rudak, karók, gátak.

KLIK 096005

Pétervásárai Tamási Áron Általános Iskola

3250. Pétervására, Szabadság tér 12.

Telefon: +36 (36) 568-000

Fax: +36 (36) 568-001

E-mail: tamasitp@gmail.com

Honlap: www.sportosszekot.hu



A projektek az Európai Unió
támogatásával valósulnak meg.