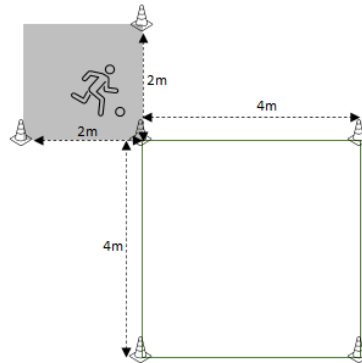


Special Olympics Challenge

Skill Football 1 – SQUARE



Beschreibung der Skill

Der Spieler absolviert mit dem Ball am Fuss einen Parcours. Er läuft aussen um ein durch 4 Kegel gebildetes Quadrat herum; danach absolviert er die Runde in der Gegenrichtung. Der Parcours ist beendet, wenn der Spieler in der Startzone (grau gefärbter Bereich) den Fuss auf den Ball setzt.

Skill-Effekt

Mit dieser Skill trainieren die Sportler die Ballführung. Sie müssen den Ball kontrollieren, um ihn beim Absolvieren eines bestimmten Parcours dicht bei sich zu behalten.

Punktevergabe

Die Zeit läuft, sobald der Spieler den Ball berührt. Er absolviert den Parcours in beiden Richtungen. Wenn der Spieler die Endzone erreicht und den Fuss auf den Ball setzt, stoppt der Coach die Uhr. Die Übung wird zweimal durchgeführt; das bessere Resultat zählt als Schlussresultat.

Regeln

- Die Kegel werden wie auf der Abbildung gezeigt aufgestellt. Ein 2 x 2 m grosses Quadrat für die Start-/Zielzone, ein 4 x 4 m grosses Quadrat für den Parcours.
- Der Ball muss während des Parcours ausserhalb der Kegel geführt werden.
- Nach der ersten Runde muss der Ball in die graue Zone geführt werden, bevor der Spieler den Parcours in umgekehrter Richtung absolviert.
- Verliert der Spieler die Kontrolle über den Ball, muss er diesen zurückholen. Die Zeit läuft weiter.
- Die Skill muss mit einem Ball der Grösse 4 oder 5 durchgeführt werden.
- Die Skill kann auf einer beliebigen Spielfläche durchgeführt werden.
- Die Skill muss während der gesamten Dauer der Challenge mit dem gleichen Ball durchgeführt werden.

Gerne beantworten wir Ihre Fragen zu dieser Skill: challenge@specialolympics.ch