

# OSKUSE KASUTAMINE

## Põrandatennis

Õpilased seisavad paarides märgistusjoone taga lühikese vahemaa kaugusel. Mõlemal paarilisel on reket ja 1 pall kahe peale. Õpilased lükkavad üksteisele palli mööda põrandat, harjutates pallivahetust. Õpilased vahetavad reketit parema ja vasaku käe vahel sõltuvalt sellest kuhu poole pall tuleb. Nad võivad enne löömist palli peatada või lüüa see ilma peatamata tagasi.

### Õpetamispunktid:

- Silmad jälgivad palli.
- Kontakt palliga jalast eespool.
- Lükka oma paarilise suunas.
- Vaheta reketi kätt vastavalt sellele kus pool on pall.

### RASKEMAKS

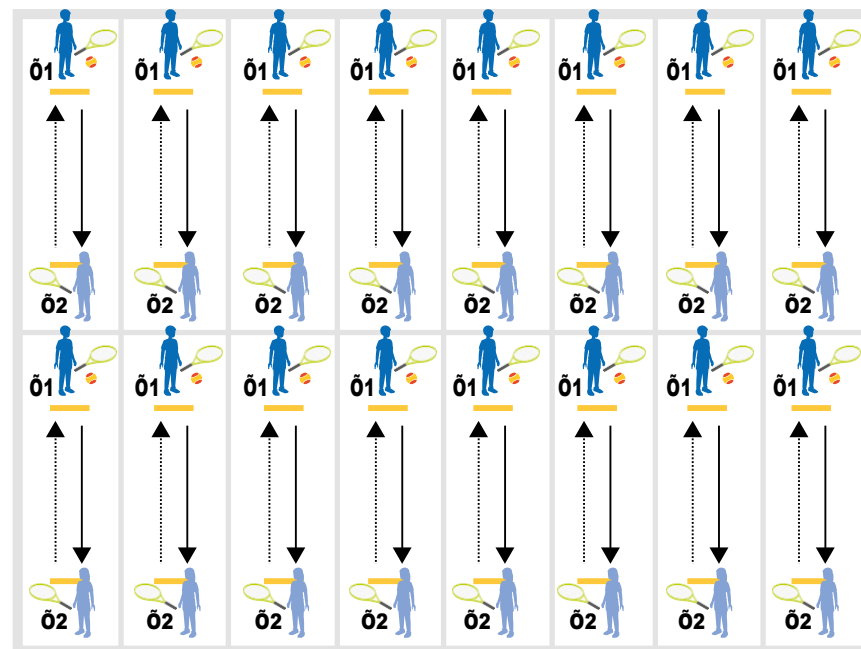
#### Esita väljakutsed:

- Milline paar saab esimesena tehtud 10-pallise pallivahetuse?
- Mitu veeretamist suudate teha 30 sek. jooksul?
- Kas te suudate oma tulemuse üle teha?

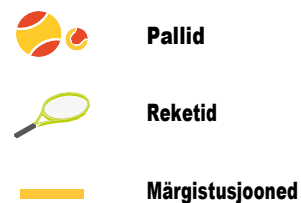
Tutvusta reketiga palli  
saatmist ja vastuvõtmist

# 1

Näide tegevuse ülesseadmisest kogu klassile:



Varustus:



Tegevuse ülesehitus:

