Hel- eller halvdød

IDRÆTSGREN	**Tennis**	ALDERSGRUPPE	**10 - 16 år**
TID	**25 min.**	DELTAGERE	**10 - 20 deltagere**



Beskrivelse af øvelsen

Et hold på hver side, som står på en række, klar til på skift at slå til bolden. Der startes med en underhåndsserv fra servelinjen (baglinje). Når en spiller laver en fejl (slår bolden ud eller i nettet), er vedkommende halvdød og stiller sin ketsjer og går om på modstanderens side, dog ikke længere fra nettet end at den kan nås med hånden. Vedkommende kan nu atter blive fri ved at gribe bolden fra modstanderne. Gribes den ikke, og man bliver ramt i stedet eller ramt af ens holdkammerater, er han/hun heldød. Dette giver modstanderne 1 point – til gengæld er vedkommende med igen. Hvis et helt hold ender med at være halvdød, giver det f.eks. 5 point, hvorefter de atter er med.

Formål:
At øve øje/hånd koordination og vinde spillet med sit hold.

Succes:
Når der opmuntres til at tage nogle chancer med forsøg på at gribe boldene.

Øvelsen kræver

Banen:
Der spilles i halvbane-servefelterne.

Materialer:
1 skumbold.