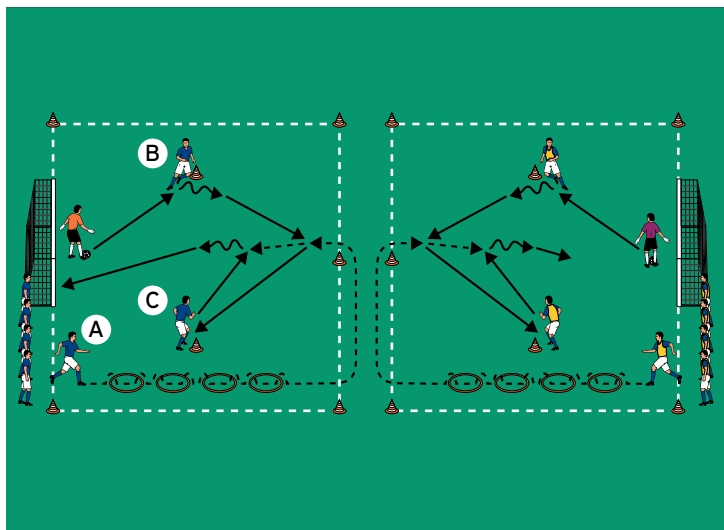


THEMA: DIE HALLENGERÄTE VARIANTENREICH EINBAUEN



HAUPTTEIL 1:

REIFENSPRÜNGE I

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit je 1 Tor errichten
- ▶ Je 1 Reifenparcours sowie 1 Hütchendreieck gemäß Abbildung aufbauen
- ▶ Torhüterbestimmen und jeweils mit Bällen den Toren zuweisen
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Jedes Team stellt 2 Anspieler, die sich den Positionshütchen zuordnen
- ▶ Alle übrigen Spieler an der Grundlinie vor den Reifen postieren

ABLAUF

- ▶ A startet ins Feld und springt in die Reifen.
- ▶ In jedem Reifen auf einem Fuß landen und für einen kurzen Moment verweilen.
- ▶ Danach umläuft er das Wendehütchen und fordert ein Zuspiel von B, der zuvor einen Pass vom Torwart erhält.
- ▶ Anschließend das Zuspiel zu C weiterleiten, der wieder klatschen lässt, und auf das Tor mit Torhüter abschließen.
- ▶ Die Anspieler werden nach 2 Minuten ausgetauscht.

VARIATIONEN

- ▶ Nur auf den rechten/linken Fuß durch die Reifen springen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Die Mannschaft, die zuerst 1 Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass das Knie des Standbeins nie über die jeweilige Fußspitze hinausragt.
- ▶ Die Spieler sollen nach der einbeinigen Landung für einen kurzen Moment im Reifen verweilen und den Sprung sauber ausbalancieren.