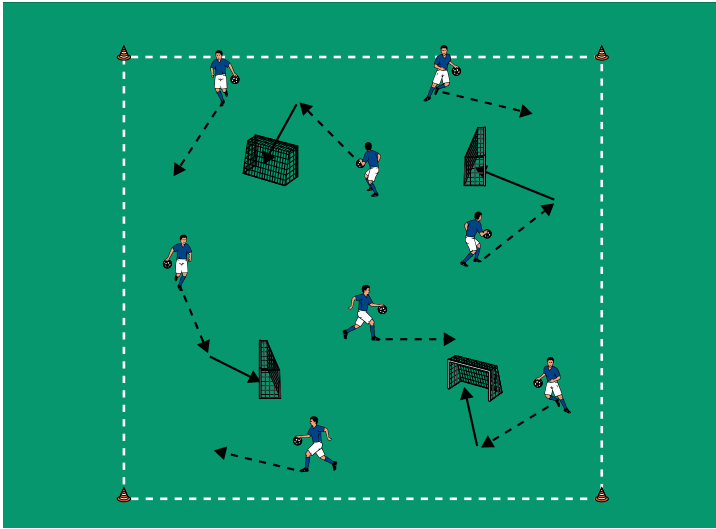


THEMA: IN KLEINEN SPIELFORMEN VARIANTENREICH TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 1:

MINITOR-WERFEN

ORGANISATION

- ▶ Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren.
- ▶ Darin 4 Minitore errichten.
- ▶ 1 Ball pro Kind.

ABLAUF

- ▶ Die Kinder prellen durch das Feld und werfen in die Minitore.

VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: 1 Punkt pro Treffer. Wer sammelt die meisten Punkte?
- ▶ Nur mit der rechten/linken Hand prellen und werfen.
- ▶ Den Ball nach jedem Treffer mit einem anderen Kind tauschen.
- ▶ Den Ball rollen oder dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Prollen und Werfen verbessern das Ballgefühl.
- ▶ Bewegungsabläufe aus anderen Sportarten ins Training übernehmen.
- ▶ Kleine Wettbewerbe motivieren die Kinder.