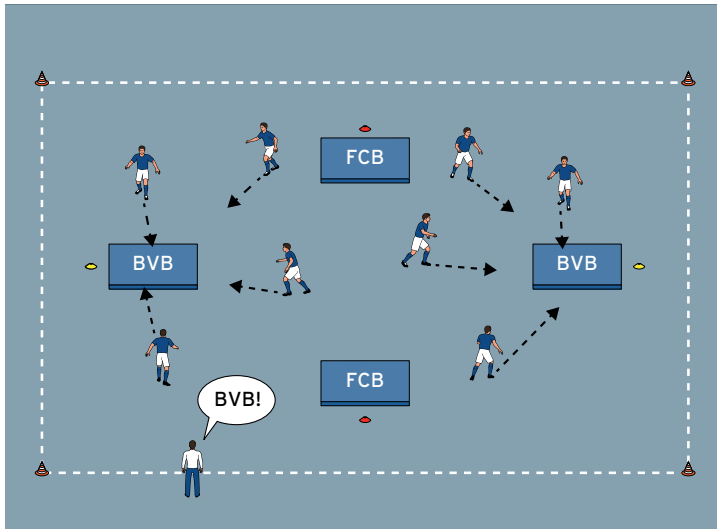


## THEMA: ZUR TORSCHUSSTECHNIK HINFÜHREN



### AUFWÄRMEN 1:

#### MATTEN-LAUF

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 25 x 15 Meter großes Feld mit 4 Matten markieren.
- ▶ Je 2 Matten 1 Kommando zuordnen.

##### ABLAUF

- ▶ Die Kinder laufen im Feld.
- ▶ Auf ein Trainerkommando (hier: "BVB!") setzen sie sich auf eine der beiden aufgerufenen Matten.

##### VARIATIONEN

- ▶ Jeder Matte 1 Kommando zuordnen.
- ▶ Die Kommandos durch Farbsignale geben.
- ▶ Mit Bällen in den Händen laufen und die Bälle auf den aufgerufenen Matten ablegen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Laufgeschicklichkeit spielerisch verbessern.
- ▶ Die Hallengeräte nutzen.
- ▶ Kommandospiele schulen Wahrnehmung und Entscheidung der Kinder.