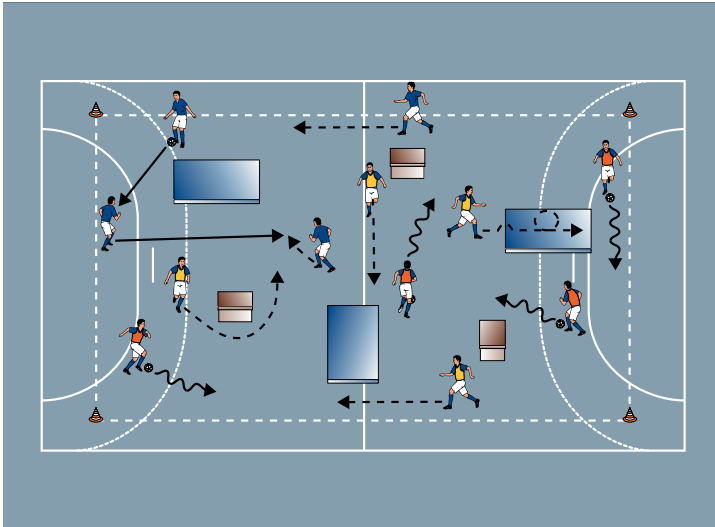


## THEMA: MIT HALLENGERÄTEN FÜR ABWECHSLUNG SORGEN



### AUFWÄRMEN 1:

## HALLEN-EINSTIMMUNG

### ORGANISATION

- ▶ 1 Feld markieren
- ▶ Im Feld Matten und kleine Kästen verteilen
- ▶ 3 Gruppen bilden
- ▶ Gruppe 1 hat 1 und alle Spieler von Gruppe 2 haben je 1 Ball

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler führen verschiedene Aufgaben aus und können dabei die Geräte frei in ihre Aktionen einbauen.
- ▶ Gruppe 1: Die Spieler passen sich in der Gruppe zu.
- ▶ Gruppe 2: Die Spieler dribbeln frei durch das Feld.
- ▶ Gruppe 3: Die Spieler laufen frei durch das Feld.

### VARIATIONEN

- ▶ Die Laufgeschwindigkeit auf ein Trainerkommando variieren.
- ▶ Weitere Materialien im Feld verteilen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Aufwärmteil sollen die Spieler ihre Kreativität unter Beweis stellen.
- ▶ Entsprechend sollte der Trainer kaum Vorgaben erteilen.
- ▶ Nach jeweils 1 Minute tauschen die Gruppen die Aufgaben.