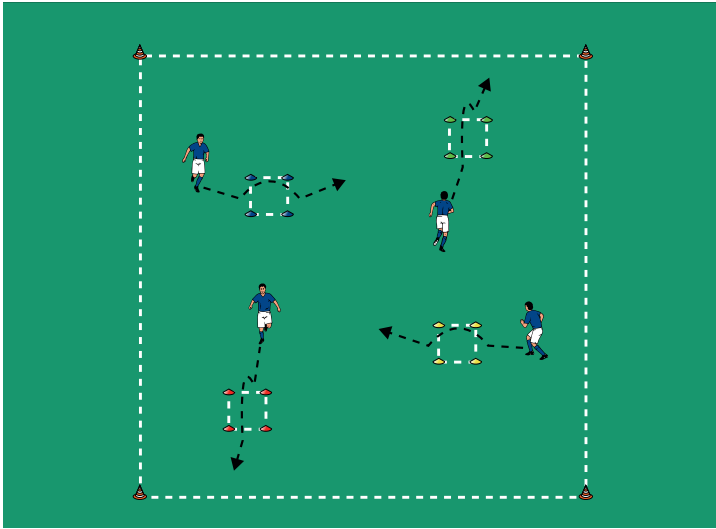


THEMA: STATIONSTRAINING FÜR GROSSE GRUPPEN



SPIEL 2:

STATION 2: WEITSPRUNG

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 12 x 12 Meter großes Feld mit 4 etwa 1 x 1 Meter kleinen Feldern markieren

ABLAUF

- ▶ Die Athleten machen beim Weitsprung mit.
- ▶ Die Kinder laufen durch das große Feld und springen über die kleinen Felder.

VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: 1 Punkt pro erfolgreichem Sprung. Wer erreicht die meisten Punkte?
- ▶ Auf einem Bein in die Felder hinein und wieder heraus springen.
- ▶ Rückwärts über die Hütchen springen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Station 2 verbessert die Sprungkraft.
- ▶ Die Kinder müssen den Mitspielern ausweichen.
- ▶ Bei Geschicklichkeitsaufgaben darauf achten, dass die Kinder beide Füße und beide Hände einsetzen.