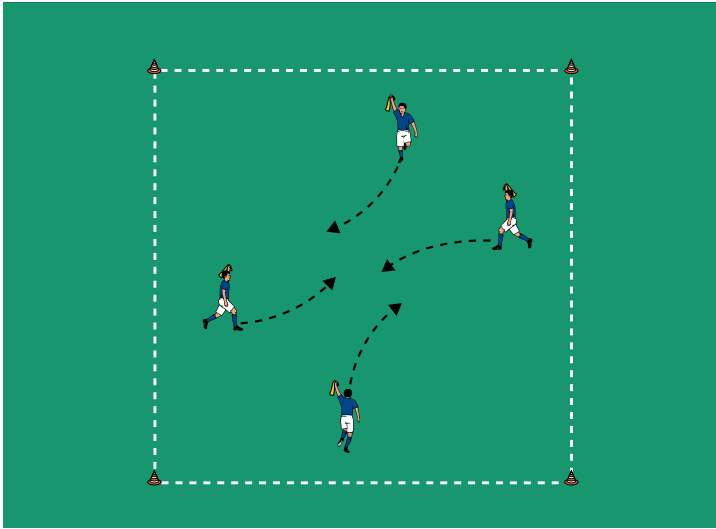


THEMA: STATIONSTRAINING FÜR GROSSE GRUPPEN



SPIEL 1:

STATION 1: OLYMPISCHE SPIELE

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 10 x 10 Meter großes Feld markieren
- ▶ 1 Leibchen pro Kind

ABLAUF

- ▶ Die Kinder nehmen als Athleten an den Olympischen Spielen teil. Als Fahnenträger schwenken sie die Fahne ihres Landes.
- ▶ Die Kinder laufen durch das Feld und schwenken die Leibchen über dem Kopf.

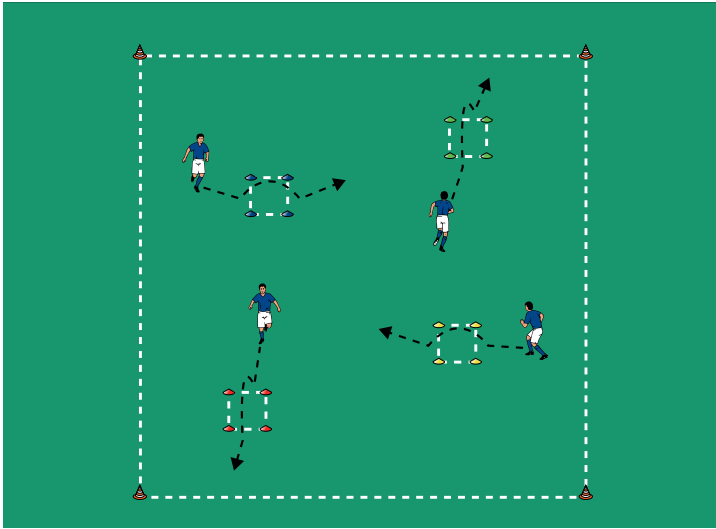
VARIATIONEN

- ▶ Das Leibchen abwechselnd mit links/rechts schwenken.
- ▶ Rückwärts laufen, hüpfen oder krabbeln.
- ▶ Das Leibchen hochwerfen und mit Händen oder Knie fangen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Station 1 schult die Laufgeschicklichkeit.
- ▶ In Stationsspielen vielseitige Bewegungserfahrungen vermitteln.
- ▶ Nach etwa 5 Minuten wechseln die Kinder zur nächsten Station.

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.

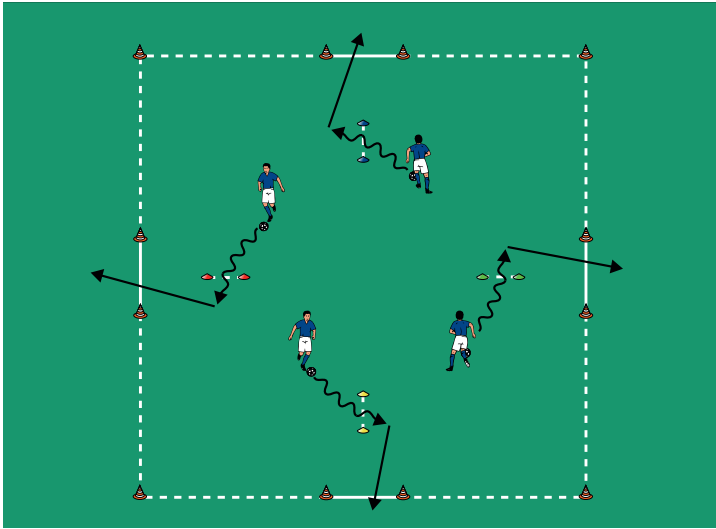
VARIATIONEN

- ▶ 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.

THEMA: STATIONSTRAINING FÜR GROSSE GRUPPEN



SPIEL 3:

STATION 3: SPEERWERFEN

ORGANISATION

- ▶ Station 3: Ein etwa 12 x 12 Meter großes Feld mit 4 Hütchentoren markieren
- ▶ An den Seitenlinien 4 Pylonentore aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Athleten messen sich im Speerwerfen.
- ▶ Die Kinder dribbeln durch die Hütchentore und schießen auf die Pylonentore.

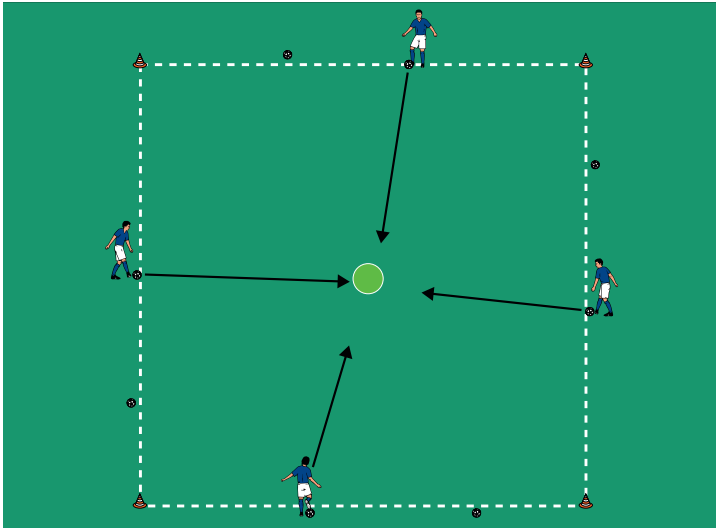
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Vor jedem Torschuss durch ein Hütchentore dribbeln.
- ▶ Auf 2 Tore mit Torhütern schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Station 3 fördert das Dribbling.
- ▶ Für Bambini einfache Hindernisse aufbauen.
- ▶ Hütchentore sorgen für leichte Richtungswechsel.

THEMA: STATIONSTRAINING FÜR GROSSE GRUPPEN



SPIEL 4:

STATION 4: KUGELSTOSSEN

ORGANISATION

- ▶ Station 4: Ein etwa 12 x 12 Meter großes Feld mit einem Wasserball oder Pezziball in der Mitte markieren
- ▶ Auf jede Seitenlinie 2 Bälle legen

ABLAUF

- ▶ Die Athleten wechseln zum Kugelstoßen.
- ▶ Die Kinder schießen auf den Wasserball. Rollt er aus dem Feld, werfen die Kinder ihn wieder hinein.

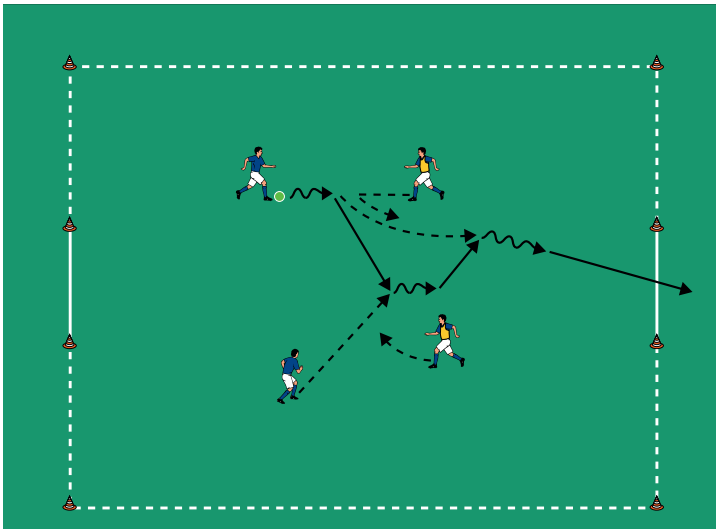
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: 1 Punkt für das Hinausschießen des Wasserballs. Wer erreicht die meisten Punkte?
- ▶ Zusätzliche Bälle an die Seite legen.
- ▶ 2 Wasserbälle.
- ▶ Abwechselnd mit links/rechts schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In Station 4 üben die Kinder den Torschuss.
- ▶ Spannende Zielobjekte nutzen. Es müssen nicht immer Tore sein.

THEMA: STATIONSTRAINING FÜR GROSSE GRUPPEN



SPIEL 5:

STATION 5 - WASSERBALL

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 20 x 15 Meter großes Feld mit 2 etwa 4 Meter großen Pylonentoren markieren
- ▶ 2 Teams einteilen
- ▶ 1 Wasserball

ABLAUF

- ▶ Die Athleten spielen beim Wasserball und nehmen anschließend an der Siegerehrung teil.
- ▶ Station 5: Spiel 2 gegen 2 mit einem Wasserball.

VARIATIONEN

- ▶ 3 gegen 3.
- ▶ Auf 4 Tore spielen.
- ▶ Einen Plastikball verwenden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Kleine Fußballspiele in die Stationen einbauen.
- ▶ Fußballspiele mit einem festen Partner fördern das Zusammenspiel.
- ▶ Verschiedene Balltypen verbessern das Ballgefühl.
- ▶ Große Tore sorgen für viele Erfolgserlebnisse.