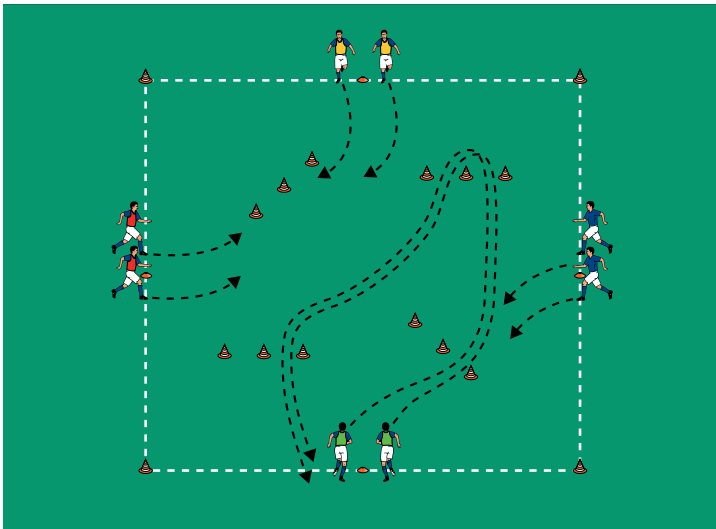


THEMA: DAS PASSEN SPIELORIENTIERT VERBESSERN



AUFWÄRMEN 1:

DOPPELTOR-PARTNER-LAUF

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 15 x 15 Meter großes Feld markieren
- ▶ 4 Doppeltore gemäß Abbildung im Feld verteilen
- ▶ Pärchen bilden und um das Feld verteilen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando laufen die Partner gemeinsam durch 3 Doppeltore.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team ist das schnellste?

VARIATIONEN

- ▶ In 30 Sekunden durch so viele Doppeltore wie möglich laufen.
- ▶ Rückwärts laufen.
- ▶ 3er-Teams bilden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Laufspiele verbessern die Schnelligkeit.
- ▶ Auf kurze Laufwege und Richtungswechsel achten.
- ▶ Kleine Wettbewerbe motivieren die Kinder.