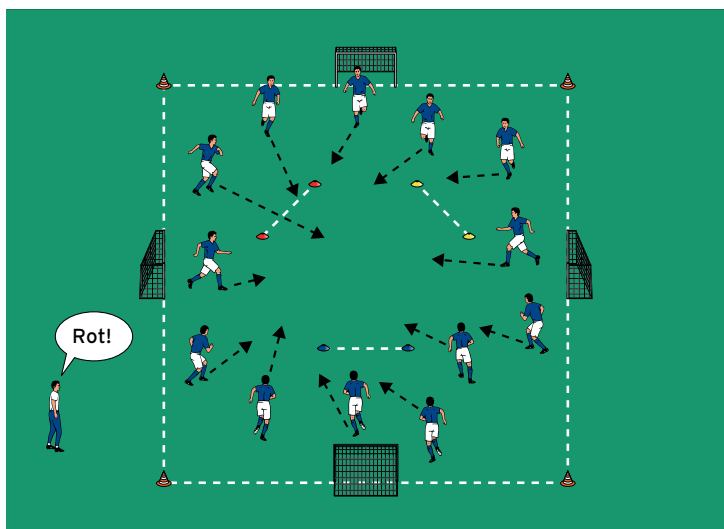


THEMA: SCHNELLIGKEITS-SPIELE IM SCHATTEN VON OLYMPIA



SPIEL 1:

SOMMEROLYMPIADE

ORGANISATION

- ▶ Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf den Seitenlinien 4 Minitore aufstellen
- ▶ Im Feld drei verschiedenfarbige Hütchentore errichten (Breite: 2 Meter)
- ▶ Die Kinder im Feld verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Bambini nehmen als Leichtathleten an der Sommerolympiade teil. Zunächst machen sie beim 100-Meter-Lauf mit.
- ▶ Die Kinder laufen durch das Feld.
- ▶ Der Trainer ruft laut eine Farbe auf.
- ▶ Daraufhin laufen die Kinder schnell zu dem aufgerufenen Hütchentor und bleiben dort stehen.

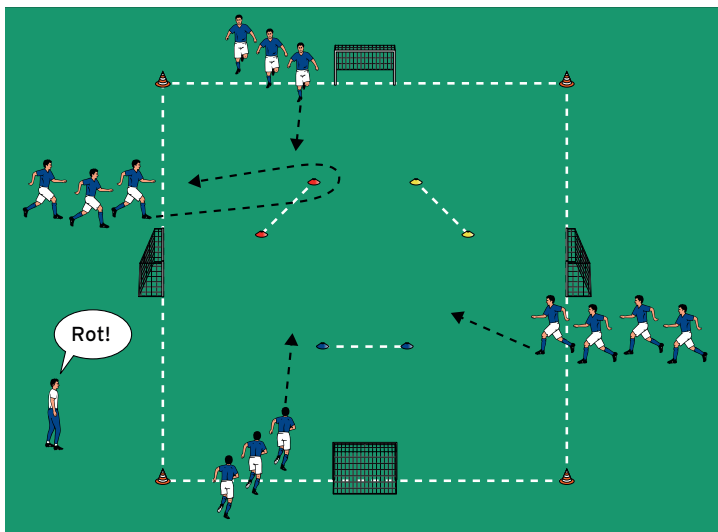
VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Wer erreicht das aufgerufene Tor zuerst?
- ▶ Bevor sie zum aufgerufenen Hütchentor laufen, müssen die Kinder ein beliebiges Eckhütchen umlaufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Laufgeschicklichkeit der Bambini wird verbessert.
- ▶ Gleichzeitig wird das Reaktionsvermögen geschult: Die Kinder müssen ein Trainerkommando schnell einer Aufgabe zuordnen (hier: Laufen zum aufgerufenen Hütchentor).
- ▶ Die Minitore werden erst in einem der folgenden Spiele benötigt. Dennoch können sie bereits zum Beginn der Spielstunde aufgestellt werden, um zeitraubende Umbauten zu vermeiden.
- ▶ Sind nicht genug Minitore vorhanden, Hütchen- oder Stangentore verwenden.
- ▶ Die Spielstunde kann problemlos auch mit einer ungeraden Anzahl an Spielern durchgeführt werden.

THEMA: SCHNELLIGKEITS-SPIELE IM SCHATTEN VON OLYMPIA



SPIEL 2:

HÜRDENLAUFEN

ORGANISATION

- ▶ Das Feld weiterhin nutzen
- ▶ Die Bambini in 4 Reihen neben den Toren aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Leichtathleten versuchen, beim Hürdenlauf eine Medaille zu erringen.
- ▶ Der Trainer ruft laut die Farbe eines Hütchentores auf.
- ▶ Die jeweils ersten Kinder laufen schnell durch das aufgerufene Tor.
- ▶ Anschließend stellen sie sich bei ihrer eigenen Gruppe wieder an.

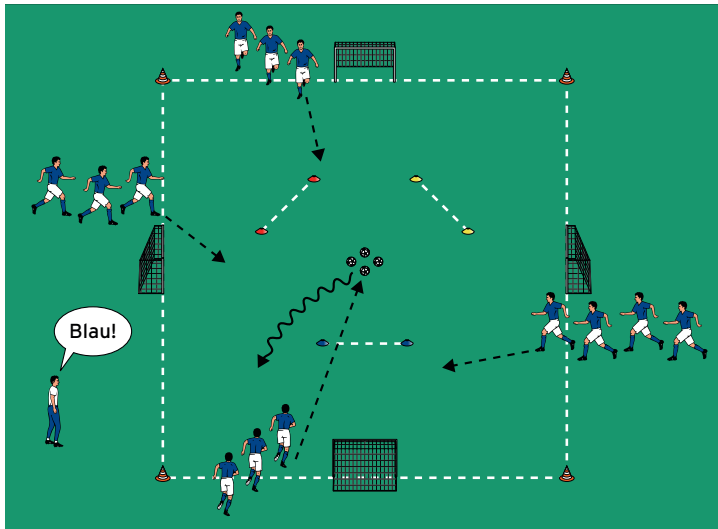
VARIATIONEN

- ▶ Die Kinder dürfen sich ein Tor aussuchen, durch das sie laufen möchten.
- ▶ Rückwärts durch das aufgerufene Hütchentor laufen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Die Gruppe, deren Läufer zuerst das aufgerufene Hütchentor erreicht, erhält 1 Punkt. Welches Team gewinnt zuerst 5 Punkte?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Spiel schult die Laufgeschicklichkeit.
- ▶ Bei Schnelligkeits-Spielen kurze Laufstrecken wählen! Das verhindert ein schnelles Ermüden der Kinder und entspricht den Anforderungen eines Fußballspiels.
- ▶ Beim Durchqueren der Hütchentore müssen die Kinder sich gegenseitig ausweichen.
- ▶ Bei ungeraden Spielerzahlen kann in Staffelwettkämpfen jeweils ein Spieler der kleineren Gruppen doppelt laufen.

THEMA: SCHNELLIGKEITS-SPIELE IM SCHATTEN VON OLYMPIA



SPIEL 3:

KUGELSTOSSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau unverändert lassen
- ▶ In der Mitte des Feldes zwischen den Hütchentoren 4 Bälle auslegen

ABLAUF

- ▶ Jetzt versuchen sich die Athleten im Kugelstoßen.
- ▶ Den Grundablauf von zuvor beibehalten.
- ▶ Jetzt laufen die Spieler nach dem Durchlaufen des aufgerufenen Hütchentores schnellstmöglich zu den Bällen und dribbeln jeweils zu ihrer Gruppe zurück.
- ▶ Hier übergeben sie den Ball an den jeweils nächsten Mitspieler, der auf das nächste Trainerkommando ebenfalls startet, das aufgerufene Hütchentor durchdribbelt und den Ball wieder in der Feldmitte ablegt usw.

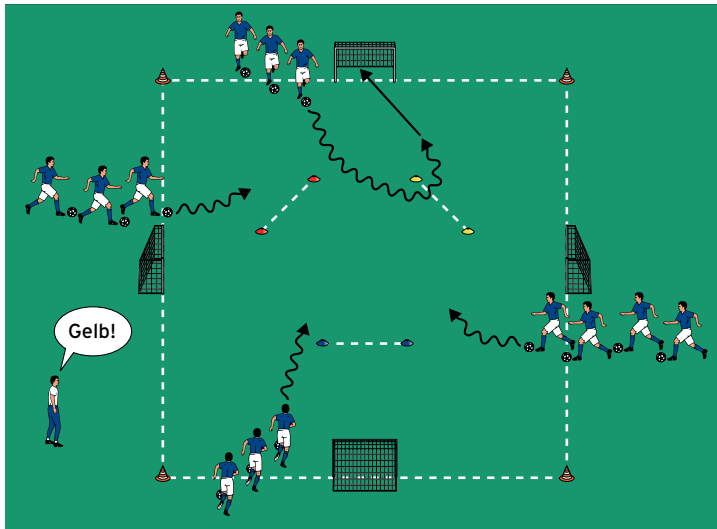
VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team absolviert die Aufgabe am schnellsten?
- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Die Aufgabe erleichtern: Die Kinder laufen mit dem Ball in der Hand durch die Hütchentore bzw. zur Gruppe zurück.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Laufgeschicklichkeit und das Dribbling werden gleichzeitig geschult.
- ▶ Kleine Wettbewerbe erhöhen das Lauf- und Dribbeltempo der Kinder.
- ▶ Das Laufen durch vorgegebene Hütchentore erschwert die Aufgabe für die Kinder. Je nach Leistungsstärke der Spieler die Aufgabe gegebenenfalls dadurch erleichtern, dass sich die Kinder ein Hütchentor selbst aussuchen dürfen.

THEMA: SCHNELLIGKEITS-SPIELE IM SCHATTEN VON OLYMPIA



SPIEL 4:

HAMMERWERFEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Jedes Kind erhält 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Athleten nehmen am Wettkampf im Hammerwerfen teil.
- ▶ Den Grundablauf von zuvor beibehalten.
- ▶ Jetzt dribbeln die jeweils ersten Spieler durch das aufgerufene Hütchentor und schießen dann auf das Minitor vor ihrer Gruppe ab.
- ▶ Anschließend holen sie ihren Ball und stellen sich bei der eigenen Gruppe wieder an.

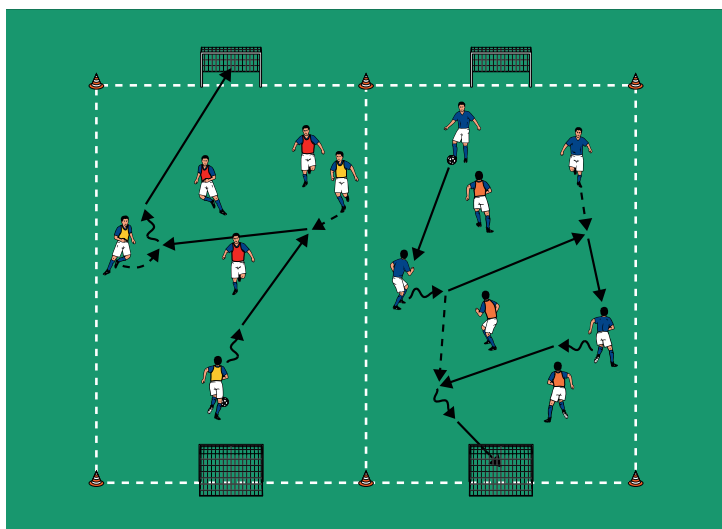
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln bzw. schießen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Der Spieler, der zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung. Welches Team gewinnt zuerst 3 Punkte?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Dribbling und der Torschuss werden geübt.
- ▶ Kleine Wettbewerbe motivieren die Kinder zu besonders schnellen Aktionen.
- ▶ Auf Beidfüßigkeit achten!

THEMA: SCHNELLIGKEITS-SPIELE IM SCHATTEN VON OLYMPIA



SPIEL 5:

SIEGEREHRUNG

ORGANISATION

- ▶ Aneinandergrenzend zwei 15 x 10 Meter große Felder mit Minotoren markieren
- ▶ 4 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ Die Athleten werden für ihre Leistungen mit Medaillen ausgezeichnet. Welches Team erhält die Goldmedaille?
- ▶ 3 gegen 3 bzw. 3 gegen 4 ohne Torhüter auf die Minitore.
- ▶ Bei Seitenaus schnell zurück ins Feld dribbeln.

VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer zählt laut bis 10. Gelingt es den Ballbesitzern, in dieser Zeit einen Treffer zu erzielen, so zählt dieser Treffer doppelt.
- ▶ Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.
- ▶ Die Minitore durch 4 Meter breite Hütchentore ersetzen und jeweils mit Torhütern spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fußballspiele auf Minitore sind sehr motivierend. Die Kinder freuen sich besonders, wenn der Ball 'im Netz zappelt'.
- ▶ Stehen keine Minitore zur Verfügung, alternativ Hütchen- oder Stangentore verwenden.
- ▶ Bei ungerader Spielerzahl kann ein Team in Überzahl spielen. Auf jeden Fall jedoch alle Kinder mitspielen lassen und nicht mit Ersatzspielern spielen.
- ▶ Vermeintlich stärkere Spieler in Unterzahl antreten lassen!