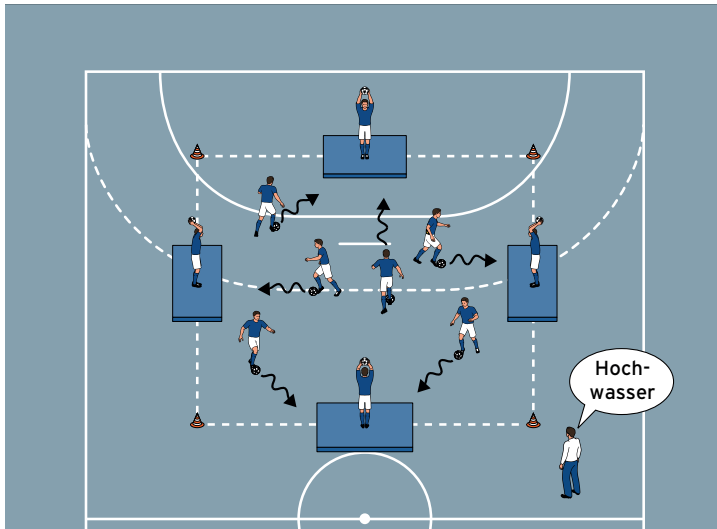


THEMA: MIT TURNMATTEN ABWECHSLUNGSREICH TRAINIEREN



SPIEL 3:

DURCH DEN FLUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau weiter verwenden.
- ▶ Jedes Kind hat 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Bären fliehen mit ihren Fischen (Bälle) und überqueren den Fluss (Feld). Bei Hochwasser springen sie schnell auf große Steine (Matten).
- ▶ Die Kinder dribbeln durch das Feld.
- ▶ Ruft der Trainer "Hochwasser!", dribbeln sie schnell zu einer Matte, stellen sich darauf und heben den Ball über den Kopf.
- ▶ Beim Kommando "Ruhiger Fluss!" dribbeln sie weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer steht zuerst auf einer Matte und hält den Ball über seinen Kopf?
- ▶ Auf Kommando des Trainers einmal um eine Matte dribbeln.
- ▶ Auf Kommando des Trainers den Ball kurz mit dem Fuß, der Hand, dem Knie oder dem Gesäß stoppen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Eine enge Ballführung wird geschult.
- ▶ Die Bambini weichen beim Dribbling ihren Mitspielern aus.
- ▶ Kommandospiele verbessern Aufmerksamkeit und Reaktionsvermögen.