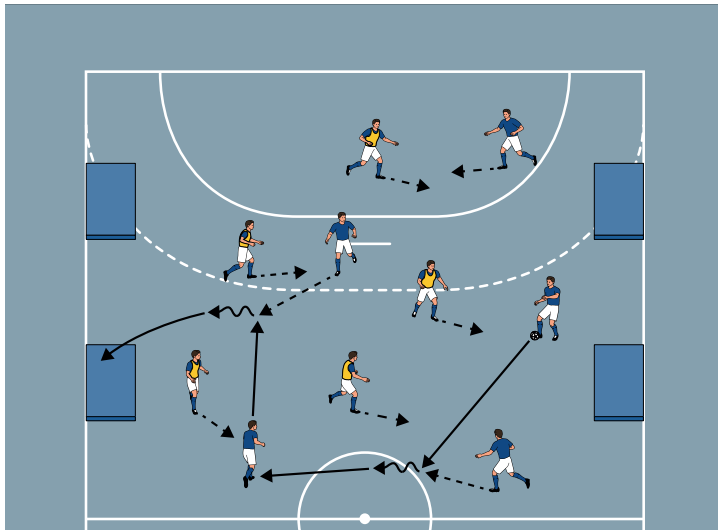


THEMA: MIT TURNMATTEN ABWECHSLUNGSREICH TRAINIEREN



SPIEL 1:

BÄREN

ORGANISATION

- ▶ Ein 12 x 12 Meter großes Feld markieren.
- ▶ Im Feld vier Matten auslegen.
- ▶ Die Spieler im Feld aufstellen.

ABLAUF

- ▶ Die Bambini spielen Bären, die in der Nähe eines Flusses leben.
- ▶ Die Kinder bewegen sich im Feld auf allen vieren und rollen sich seitlich über die Matten.

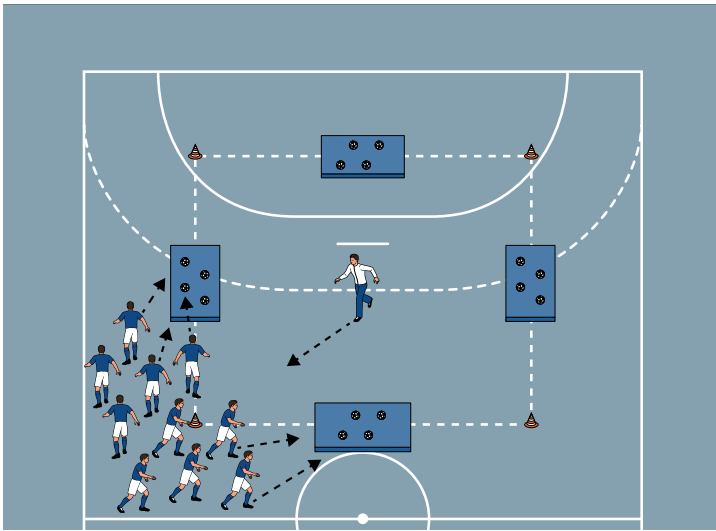
VARIATIONEN

- ▶ Auf den Matten eine Rolle vorwärts oder rückwärts ausführen.
- ▶ Mit beiden Beinen vorwärts oder rückwärts über die Matten hüpfen.
- ▶ Im Vierfüßlerstand seitwärts laufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Bambiniereich steht eine allgemeine Bewegungsschulung im Vordergrund.
- ▶ Das Bewegen 'auf allen vieren' verbessert die Körperbeherrschung.
- ▶ Mit den Matten können vielfältige Bewegungsaufgaben gestellt werden.

THEMA: MIT TURNMATTEN ABWECHSLUNGSREICH TRAINIEREN



SPIEL 2:

FISCHFANG

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Auf jede Matte Bälle legen.
- ▶ Die Bambini sammeln sich in einer Ecke des Feldes.

ABLAUF

- ▶ Die Bären wollen im Fluss (Matten) Fische (Bälle) fangen. Ein Angler (Trainer) will das verhindern.
- ▶ Die Kinder holen die Bälle von den Matten und legen sie in ihre Ecke.
- ▶ Werden sie vom Trainer berührt, müssen sie ohne Ball wieder in die Ecke laufen und dürfen erneut starten.

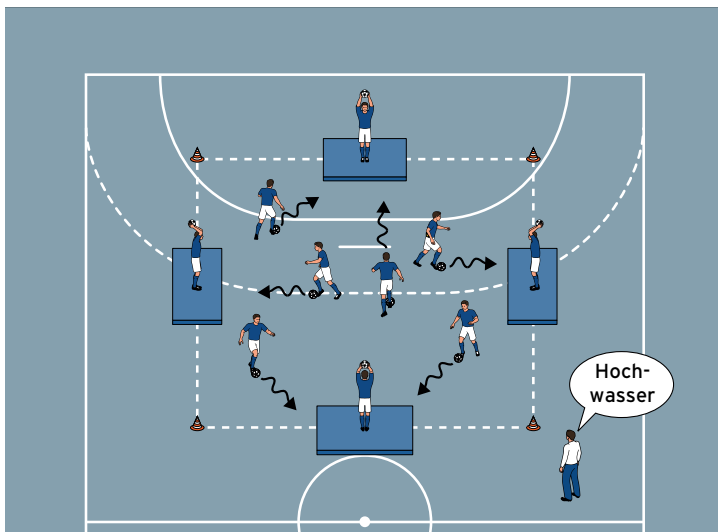
VARIATIONEN

- ▶ Beim zweiten Durchgang starten die Kinder in der Feldmitte und müssen die Bälle aus der Ecke holen und wieder auf die Matten verteilen.
- ▶ Die Kinder auf alle Ecken verteilen.
- ▶ Die Bälle zur Ecke prellen oder rollen.
- ▶ Zwei Kinder übernehmen die Rolle des Trainers.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Einfache Fangspiele verbessern die Schnelligkeit.
- ▶ Das Mitmachen des Trainers motiviert die Kinder.
- ▶ Das Spiel fördert die Zusammenarbeit und den Teamgeist der Bambini.

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.

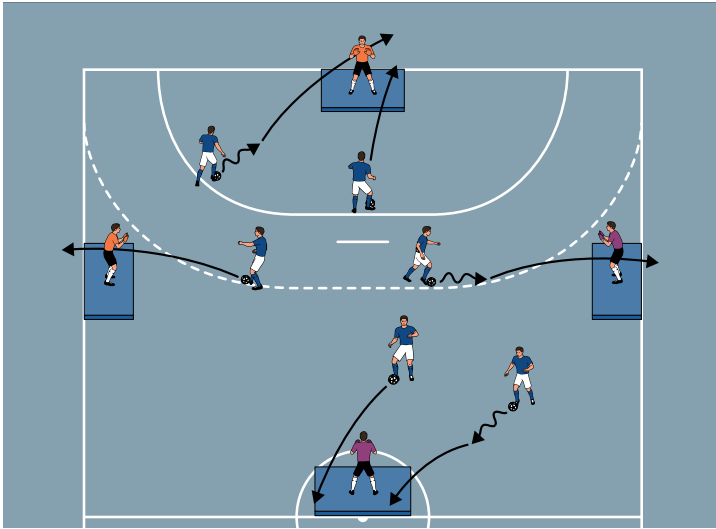
VARIATIONEN

- ▶ 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.

THEMA: MIT TURNMATTEN ABWECHSLUNGSREICH TRAINIEREN



SPIEL 4:

BÄRENHÖHLE

ORGANISATION

- ▶ Das Feld entfernen und die Matten auf die Seitenlinien schieben.
- ▶ Torhüter auf die Matten stellen.

ABLAUF

- ▶ Die Bären wollen die Fische (Bälle) in ihre Höhlen (Matten) bringen. Vier Bärenjäger (Torhüter) stellen sich ihnen in den Weg.
- ▶ Die Kinder dribbeln durch das Feld und schießen auf die Matten.
- ▶ Ein Treffer ist erzielt, wenn der Ball die Matte vollständig überquert hat.

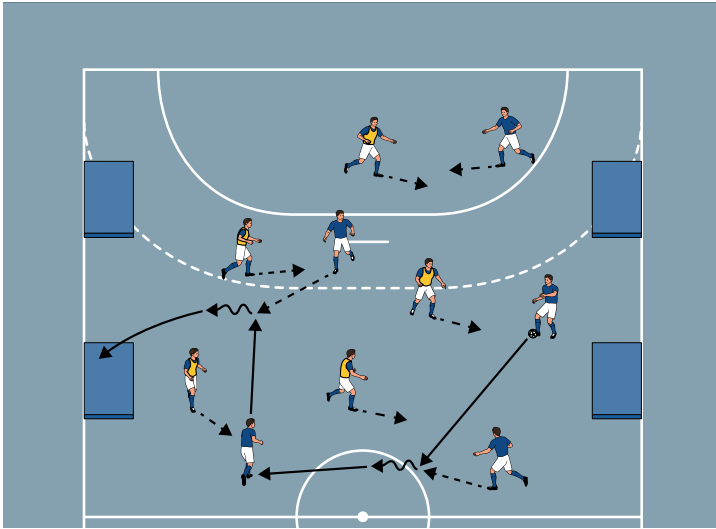
VARIATIONEN

- ▶ Ohne Torhüter spielen.
- ▶ Nur mit rechts/links schießen.
- ▶ Wettbewerb: Welcher Bär bringt die meisten Fische in die Höhle (schießt die meisten Treffer)?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Torschuss aus der Dribbelbewegung üben.
- ▶ Den Torschuss frühzeitig mit beiden Füßen schulen.
- ▶ Die Matten dienen als Tore und weiche Unterlage für die Torhüter.

THEMA: MIT TURNMATTEN ABWECHSLUNGSREICH TRAINIEREN



SPIEL 5:

STEINSPIEL

ORGANISATION

- ▶ Nun die Matten auf zwei Seitenlinien gegenüber verschieben.
- ▶ Zwei Teams zu je 5 Spielern einteilen.

ABLAUF

- ▶ Die Bären sind in ihrer Höhle in Sicherheit und spielen mit einem Stein (Ball).
- ▶ 5 gegen 5 auf vier Mattentore.

VARIATIONEN

- ▶ Je zwei Matten zusammenschieben und als ein Tor nutzen.
- ▶ Die Matten als Torpfosten verwenden.
- ▶ 4 gegen 4 mit Torhütern spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Für Fußballspiele können Matten liegend oder aufgestellt als Tore genutzt werden.
- ▶ In kleinen Feldern spielen, um viele Ballkontakte und Zweikämpfe zu fördern.
- ▶ Immer wieder zwischen Spielen mit und ohne Torhütern wechseln.
- ▶ Die erzielten Treffer jeweils laut mitzählen.