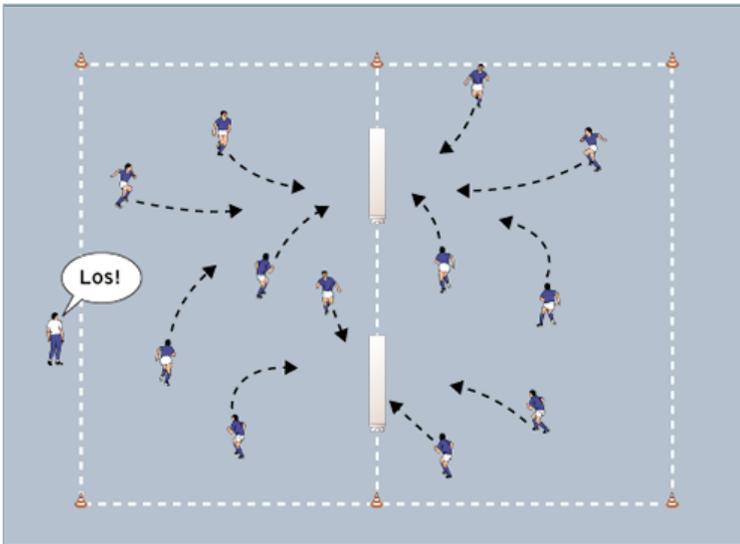




## BAMBINI

### SPIEL 1: Weltreise

von Paul Schomann (02.01.2013)



#### Organisation

- Aneinandergrenzend zwei 15 x 10 Meter große Felder nebeneinander markieren
- Mittig zwischen den Feldern 2 Langbänke aufstellen
- Die Kinder in den Feldern verteilen

#### Ablauf

- Die Bambini gehen auf Weltreise. Zuerst reisen sie mit dem Zug quer durch Europa. An den Bahnhöfen (Langbänke) müssen sie rasch neuen Reiseproviant kaufen, weil der Zug nur kurz anhält.
- Die Kinder laufen frei durch das Feld.
- Auf ein Trainerkommando sprinten sie zu einer Bank, berühren diese und setzen sich davor auf den Boden.
- Haben alle Kinder die Bank erreicht, stehen sie auf und laufen erneut durch das Feld usw.

#### Variationen

- Einen Wettbewerb durchführen: Wer erreicht die Bank zuerst?
- Auf ein Trainerkommando schnell auf den Bauch oder den Rücken legen, einmal hochspringen oder eine volle Drehung ausführen.
- Auf ein Trainerkommando umdrehen und rückwärts laufen.

#### Tipps und Korrekturen

- Die Laufgeschicklichkeit und das Reaktionsvermögen werden verbessert.
- Lauf- und Geschicklichkeitsspiele möglichst stets mit kleinen Wettbewerben verbinden. Dies erhöht die Motivation der Kinder.
- Fehlende Langbänke durch Turnkästen ersetzen.

Die Rückrundenvorbereitung naht! Aber mancherorts erinnert der Fußballplatz eher an eine Eishalle, als an eine Spielfläche. Die Vorbereitungszeit sollte aber trotzdem sinnvoll genutzt werden. Also ist Improvisationstalent gefragt. Wie Sie trotzdem ambitioniert trainieren können, das erfahren Sie im Januar-Themenschwerpunkt 'Fußball im Winter' auf Training & Wissen online. Wie immer können Sie uns auch Fragen, Tipps und Vorschläge schicken. Wie sieht Ihr Wintertraining aus? Schreiben Sie an [training-wissen@dfb.de](mailto:training-wissen@dfb.de).