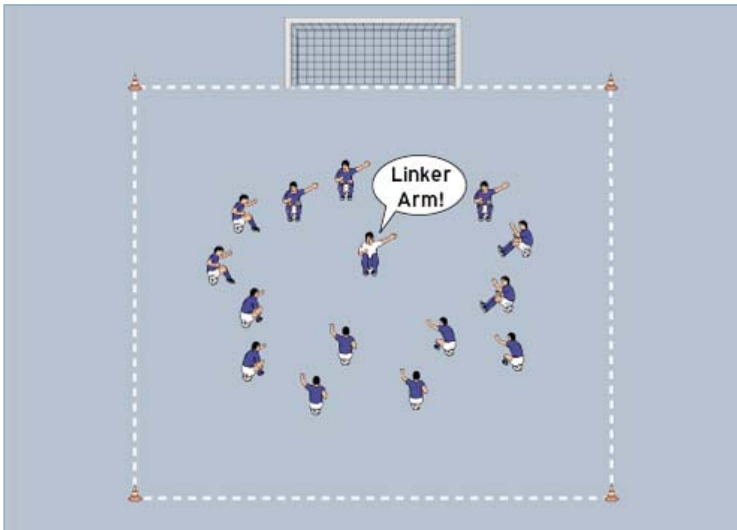




BAMBINI

SPIEL 2: Schlossplatz

von Jörg Daniel (29.01.2013)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Die Kinder haben je 1 Ball

Ablauf

- Die Reisenden besuchen den Schlossplatz und sehen dort einer Gruppe Artisten zu.
- Die Bambini setzen sich auf ihre Bälle.
- Auf ein Trainerkommando heben sie abwechselnd den linken und den rechten Arm, ohne dabei das Gleichgewicht zu verlieren.

Variationen

- Beide Arme gleichzeitig heben.
- Abwechselnd das linke und das rechte Bein anheben.
- Mit dem Bauch auf den Ball legen und im Wechsel die Arme und Beine anheben.

Tipps und Korrekturen

- Die Kinder verbessern ihr Gleichgewicht.
- Spielerische Kinderymnastik regelmäßig in die Spielstunden einbauen.
- Die Halle bietet sich für Gymnastikspiele besonders an, da der Boden immer trocken und warm ist.

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.