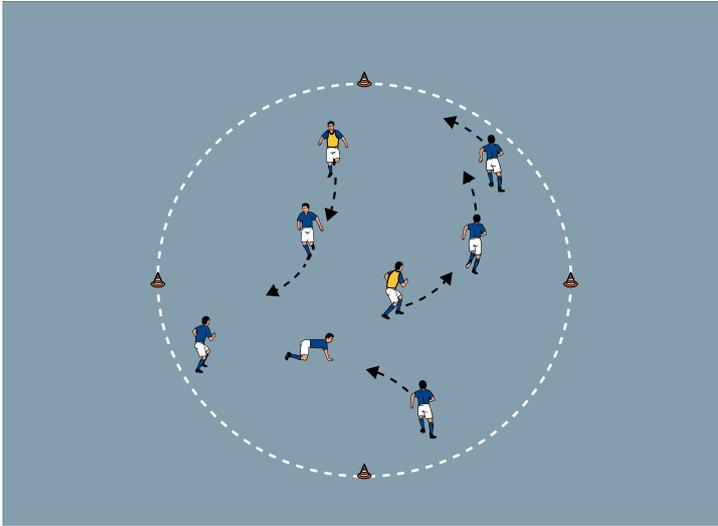


THEMA: KOORDINATION MIT TECHNIKAUFGABEN VERBINDEN



AUFWÄRMEN 1:

KREIS-KRÄFTIGUNGS-FANGEN

ORGANISATION

- ▶ Einen Kreis mit etwa 20 Meter Durchmesser markieren
- ▶ 2 Fänger bestimmen

ABLAUF

- ▶ Die Fänger schlagen die Läufer ab.
- ▶ Gefangene stellen sich auf alle vier.
- ▶ Die übrigen Läufer können die Gefangenen befreien, indem sie durch deren Beine kriechen.

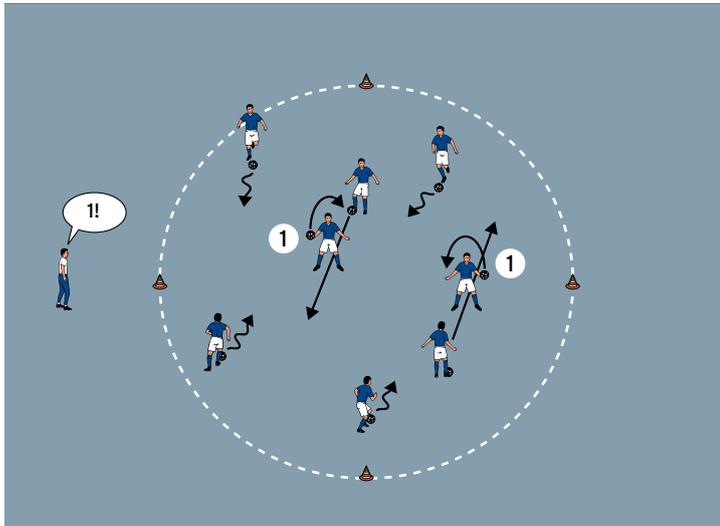
VARIATIONEN

- ▶ Gefangene legen sich auf den Boden. Zum Befreien über sie springen.
- ▶ Gefangene führen 3 Hampelmänner aus.
- ▶ Wettbewerb: Klatschen die Fänger in 20 Sekunden alle Läufer ab?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fangspiele schulen die Laufgeschicklichkeit.
- ▶ Gefangenen koordinative Zusatzaufgaben stellen.
- ▶ Gefangene nicht ausscheiden lassen, sondern nach einer kleinen Aufgabe oder Pause wieder mitmachen lassen.

THEMA: KOORDINATION MIT TECHNIKAUFGABEN VERBINDEN



AUFWÄRMEN 2:

NUMMERN-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Pro Spieler 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Kindern von 1 bis 3 durchnummerieren.
- ▶ Die Kinder dribbeln im Feld.
- ▶ Auf Trainerkommando stellen sich die Kinder der aufgerufenen Nummer breitbeinig ins Feld und werfen den Ball von einer Hand zur anderen.
- ▶ Die anderen Kinder passen durch die Beine.

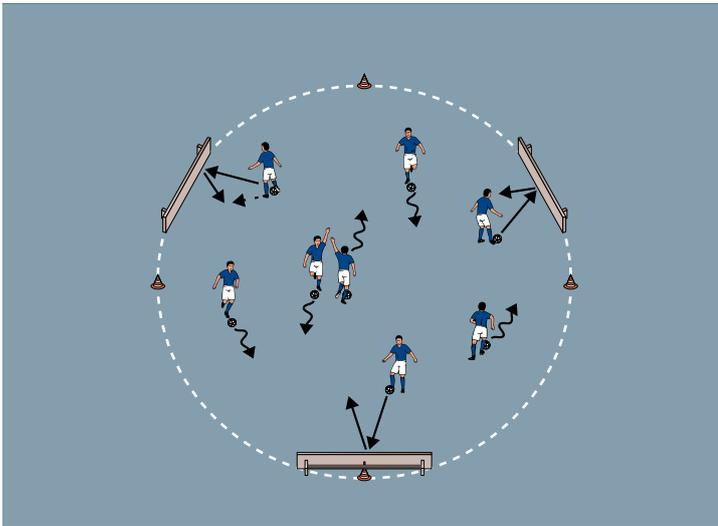
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Welcher Spieler erzielt zuerst 6 Beintore?
- ▶ Die Kommandos per Handzeichen geben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Verschiedene Koordinationsaufgaben stellen.
- ▶ Den Bewegungsdrang der Kinder berücksichtigen.
- ▶ Koordinationsaufgaben mit Technikaufgaben kombinieren.

THEMA: KOORDINATION MIT TECHNIKAUFGABEN VERBINDEN



HAUPTTEIL 1:

BANK-PASS-ABKLATSCHEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 3 umgekippte Bänke an der Kreislinie aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Kinder dribbeln im Feld, klatschen ihre Mitspieler ab und passen gegen die Bänke.
- ▶ Vor jedem Pass müssen sie mindestens 1 Mitspieler abklatschen.

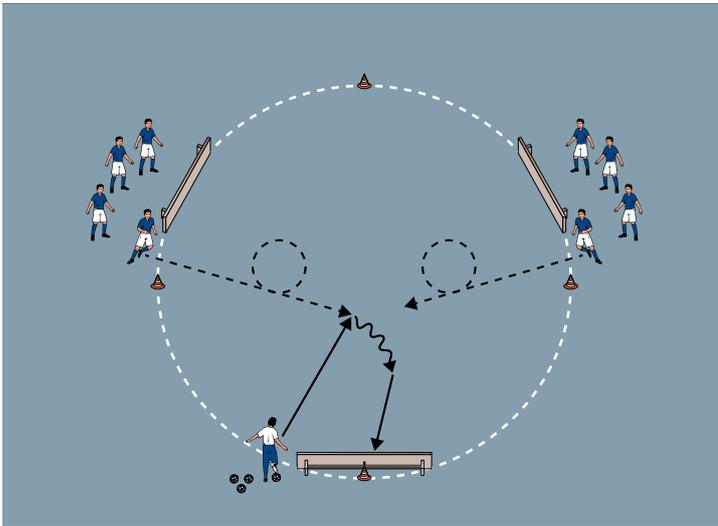
VARIATIONEN

- ▶ Mit beiden Händen abklatschen.
- ▶ Wettbewerb: Wer spielt zuerst 8 Pässe?
- ▶ Beim Abklatschen die Bälle tauschen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mehrere gleichzeitige Aufgaben fordern die Kinder.
- ▶ Die Hallengeräte nutzen.
- ▶ Kleine Wettbewerbe motivieren die Kinder.

THEMA: KOORDINATION MIT TECHNIKAUFGABEN VERBINDEN



HAUPTTEIL 2:

BANK-DREH-DUELL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Teams bilden und gegenüberliegend am Kreisrand postieren
- ▶ Der Trainer steht mit Bällen an der Seite

ABLAUF

- ▶ Der Trainer passt ins Feld.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler starten, führen eine volle Drehung aus und spielen im 1 gegen 1 auf die Bänke.

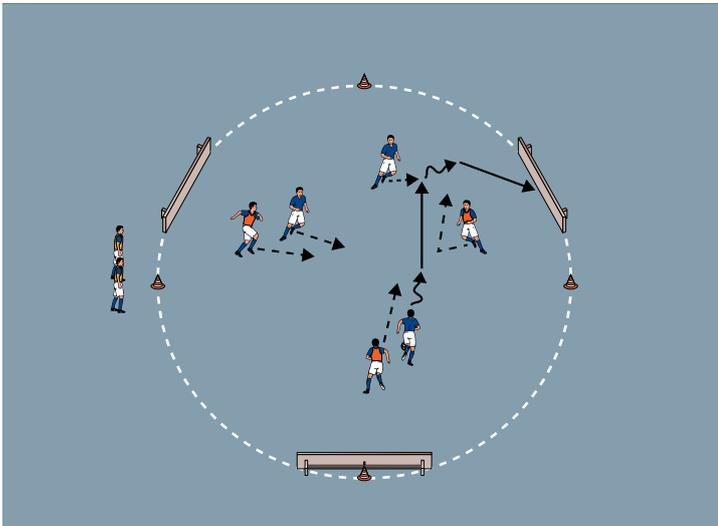
VARIATIONEN

- ▶ Das Angriffstor per Kommando bestimmen.
- ▶ Auf dem Bauch liegend starten.
- ▶ 2 gegen 2.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Koordinationsaufgaben können in alle Trainingsformen integriert werden.
- ▶ Bänke sind umgekippt als Tore nutzbar.
- ▶ Ein rundes Feld setzt neue Reize.

THEMA: KOORDINATION MIT TECHNIKAUFGABEN VERBINDEN



SCHLUSSTEIL:

3-TORE-KREIS-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 3 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ 3 gegen 3 bzw. 3 gegen 2 auf die Bänke.
- ▶ Das dritte Team pausiert.
- ▶ Nach jedem Treffer wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ 4 gegen 4.
- ▶ Auf 2 Tore spielen.
- ▶ Mit Torhütern spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Kleine Fußballspiele sorgen für viele Erfolgserlebnisse.
- ▶ Ungewöhnliche Feldformen bewirken neue Spielsituationen und Herausforderungen.
- ▶ Bei Wechselteams auf kurze Pausen achten.