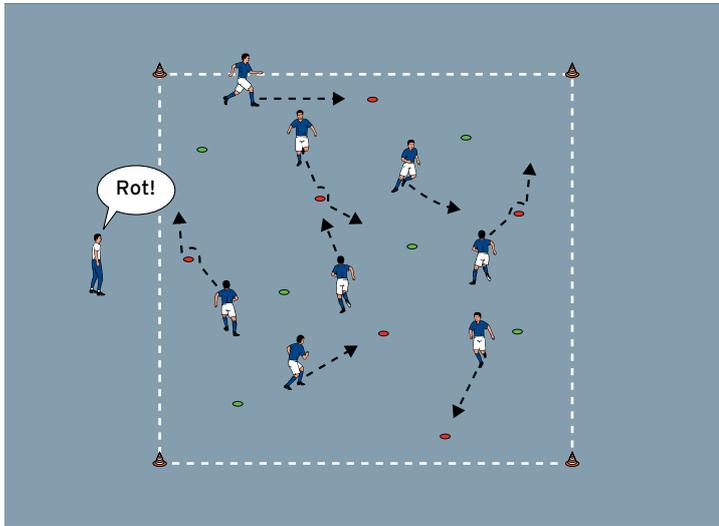


THEMA: MIT MARKIERUNGSSCHEIBEN VIELSEITIG TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 1:

SCHEIBEN-FARBEN-LAUF

ORGANISATION

- ▶ Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren
- ▶ Darin 12 Markierungsscheiben in 2 Farben markieren

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando laufen die Kinder über die Scheiben der aufgerufenen Farbe.
- ▶ Auf ein weiteres Kommando wechselt die Farbe usw.

VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer läuft zuerst über alle Scheiben der aufgerufenen Farbe?
- ▶ Rückwärts laufen.
- ▶ Per Kommando 2 Zahlen bestimmen: Die Kinder laufen über die entsprechende Anzahl der farbigen Scheiben (z. B. 3 rote und 2 gelbe Scheiben).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Laufspiele verbessern die Beweglichkeit.
- ▶ Fehlende Markierungsscheiben durch Hütchen ersetzen.
- ▶ Farbaufgaben fördern die geistigen Fähigkeiten der Kinder.