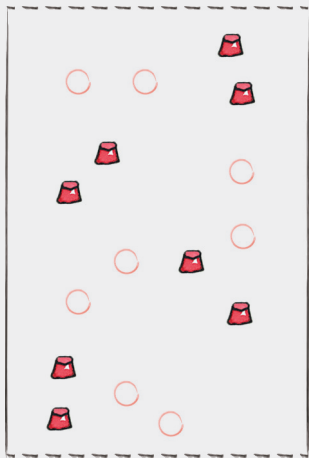
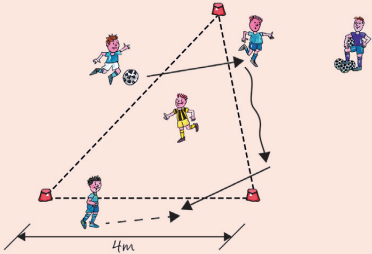
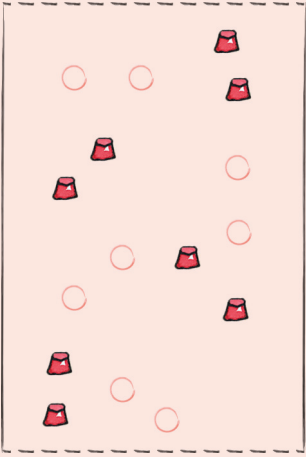


Ballführen		14 Kinder	Dauer 80'	Kategorie G
EINLEITUNG	15' Durch das Farbenland Laura und Simon stehen nebeneinander. Vor ihnen liegt das Farbenland. Gleichzeitig dribbeln sie mit je einem Ball durch die farbigen Hütchentore auf die gegenüberliegende Seite und führen verschiedene Aufgaben aus: Offen starten - Nur durch die blauen Hütchentore. - Den gleichen Weg hin und zurück nehmen. - Laura folgt Simon und umgekehrt. - Die vom ersten Kind gewählte Dribbelform (bspw. Aussenrist) nachmachen. Üben - Mit dem linken oder rechten Fuss den Ball führen. - Bei 2 Hütchentoren in Achterform um die Tore dribbeln (linken und rechten Fuss benutzen). - Nur mit Aussenrist, nur mit Innenrist. Beobachten: Halten die Kinder die Vorgaben ein? Beraten: Fehler korrigieren, evtl. Tempo verlangsamen. Wetteifern Zwei Teams bilden und vis-à-vis voneinander aufstellen. Team A dribbelt durch drei blaue Hütchentore, Team B durch drei gelbe. Welches Team ist zuerst auf der anderen Seite?	Material: Farbige Markierungsteller, 1 Ball für jedes Kind, evtl. Seile zur Markierung Organisation: Spielfeld: breit und kurz (15 × 10 Meter) 		
	20' Tigerball Laura, Simon und Thomas passen sich gegenseitig den Ball zu. Können sie sich Pässe spielen, ohne dass ein weiteres Kind (= Tiger) den Ball im Dreieck erobern kann? Offen starten Jedes Kind ist für 1 Minute Tiger. Beobachten: Können die Kinder sich 5 bis 10 Pässe zuspielen? Beraten: Dreieck grösser machen (= vereinfachen) / kleiner machen (= erschweren). Üben Der Trainer erklärt den Kindern die Übung mithilfe einer Metapher («Sonne»). Beobachten: Bewegen sich die Kinder ins Sonnenlicht und werden anspielbar? Beraten: Mit den Kindern die Metapher «Sonne» langsam durchspielen. Wetteifern Die Kinder spielen Tigerball. Nach 2 Minuten den Tiger wechseln, bis jedes Kind einmal Tiger war.	Material: 1 Set Markierungsteller, Bälle Organisation: 3 Anlagen à 4 bis 5 Kinder  *«Sonne»: Stellt euch vor, der Ball scheint wie die Sonne. Wenn der Tiger vor dem Ball steht, gibt es einen Schatten. Wenn du im Schatten stehst, bist du nicht anspielbar. Beweg dich sofort in das Sonnenlicht, damit du anspielbar wirst!		

HAUPTTEIL	Vielseitigkeit erleben	20' Hüpfen und balancieren Im Farbenland (Rechteck 15 x 10 Meter) sind viele Bälle und Markierungsteller ausgebreitet. Die Kinder holen diese und legen sie in ihr Depot. Offen starten Die Kinder sollen hüpfend die Bälle und Markierungsteller in ihr Depot holen. Pro Weg dürfen sie nur einen Gegenstand transportieren. Üben • Mit den Kindern eine Hüpfform für die Bälle bestimmen und eine andere für die Markierungsteller. • Einbeinig hüpfen: Bälle – mit dem linken Bein hüpfen; Markierungsteller – mit dem rechten Bein hüpfen. Wetteifern Ein Kind bewacht die Bälle und Markierungsteller. Es versucht, die anderen Kinder daran zu hindern, einen Markierungsteller oder einen Ball aus dem Farbenland zu nehmen. Wer mit einem Ball oder Hütchen erwischt wird, muss in der Grätschstellung warten, bis jemand durch die Grätsche kriecht und sie/ihn erlöst. Fänger mehrmals wechseln. Beobachten: Ist es für den Fänger möglich, alle Kinder zu erwischen, bevor alle Gegenstände wegtransportiert sind? Beraten: Einen zweiten Fänger bestimmen (einfacher); Fänger darf nur hüpfen (schwieriger).	Material: Farbige Markierungsteller, ein Ball für jedes Kind, evtl. Seile zur Markierung der Häuser 
		20' 3 gegen 3 auf je zwei kleine Tore, 4 gegen 4 auf je ein grosses Tor mit Torspieler Die Kinder spielen auf einem Feld 3 gegen 3 auf je zwei kleine Tore und auf dem anderen Feld 4 gegen 4 auf je ein Tor mit Torspieler. Felder tauschen.	Material: Bälle, 4 kleine Tore, 2 grosse Tore, Markierungsteller, Überziehleibchen
AUSKLANG		05' Zaubertrank Die Kinder liegen in einer entspannten Position auf dem Rücken. Sie stellen sich vor, dass sie einen blauen Zaubertrank zu sich nehmen. Der Zaubertrank fliesst langsam durch den Hals, die Schultern, Arme und Hände bis in die Fingerspitzen. Alles wird blau und ganz ruhig. Dann fliesst der Zaubertrank durch den Bauch bis in die Beine. Nun sind die Kinder blau eingefärbt und ganz müde. Nach einiger Zeit lässt die Zauberwirkung nach. Zuerst erwachen die Zehen, dann die Beine usw.	