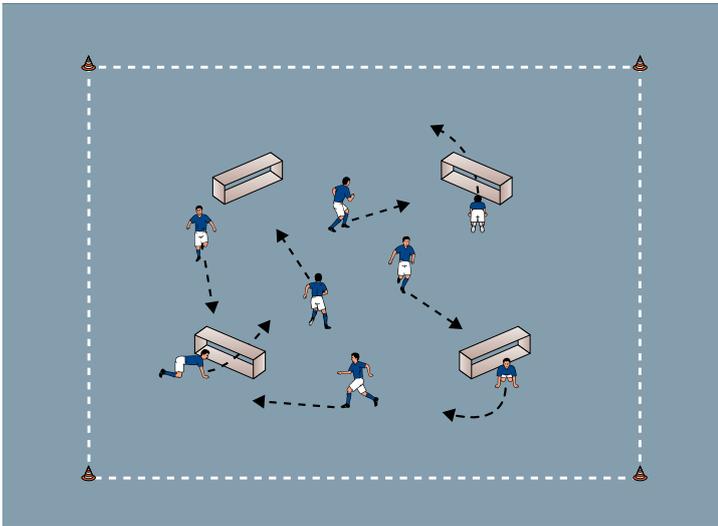


THEMA: MIT KASTENEINSÄTZEN TRAINIEREN



SPIEL 1:

GEISTERJÄGER

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 20 x 15 Meter großes Feld mit 4 Kasteneinsätzen markieren

ABLAUF

- ▶ Die Kinder spielen Geisterjäger, die eine Burg von Geistern befreien wollen. Zunächst erkunden sie jeden Winkel der Burg.
- ▶ Die Kinder kriechen durch die Kasteneinsätze.

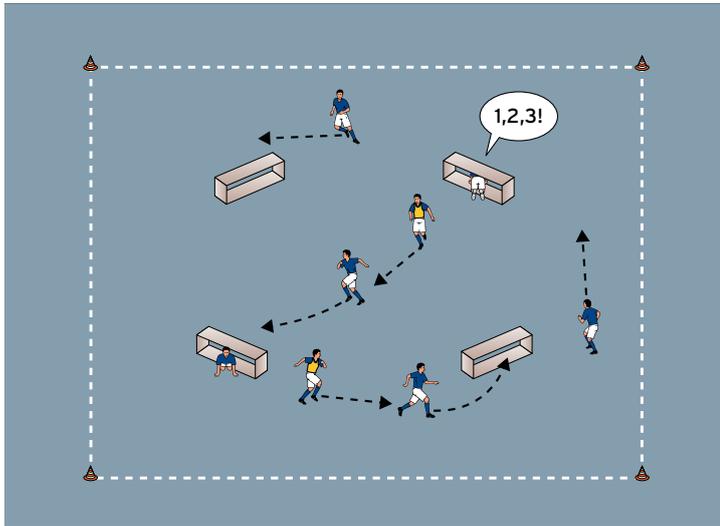
VARIATIONEN

- ▶ Rückwärts kriechen.
- ▶ Über die Kasteneinsätze klettern.
- ▶ Die Kasteneinsätze auf den Boden legen und auf ein Trainerkommando hineinklettern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Vielseitige Bewegungserfahrungen vermitteln.
- ▶ Die Turngeräte der Sporthalle nutzen.

THEMA: MIT KASTENEINSÄTZEN TRAINIEREN



SPIEL 2:

GEISTERJAGD

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau nicht verändern
- ▶ Fänger mit Leibchen

ABLAUF

- ▶ Die Geisterjäger entdecken die ersten Geister und jagen sie durch die Burg.
- ▶ Die Fänger versuchen, möglichst viele Läufer abzuschlagen. Die Läufer dürfen in die Kasteinsätze kriechen und sind dort sicher. Sie müssen aber laut bis 3 zählen und dann weiterlaufen.

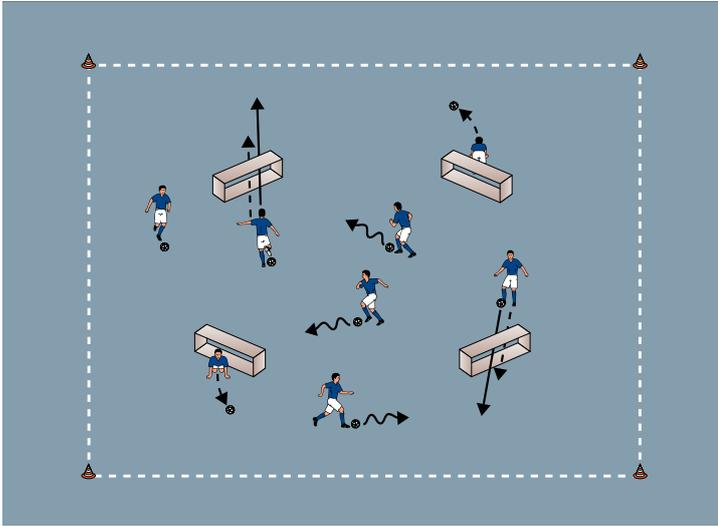
VARIATIONEN

- ▶ Nur ein Läufer darf sich in jedem Kasten aufhalten.
- ▶ Nach 2 Minuten die Fänger tauschen.
- ▶ Wettbewerb: Wer fängt die meisten Läufer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fangspiele verbessern die Schnelligkeit.
- ▶ Fangspiele in kleinen Feldern durchführen.
- ▶ Interessante Zusatzaufgaben stellen.

THEMA: MIT KASTENEINSÄTZEN TRAINIEREN



SPIEL 3:

GEHEIMGÄNGE

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau nicht verändern
- ▶ 1 Ball pro Kind

ABLAUF

- ▶ Die Geister sind verschwunden. Die Geisterjäger suchen sie in den Geheimgängen der Burg.
- ▶ Die Kinder dribbeln und schießen auf die Kasteinsätze. Nach jedem Schuss kriechen sie durch den anvisierten Einsatz.

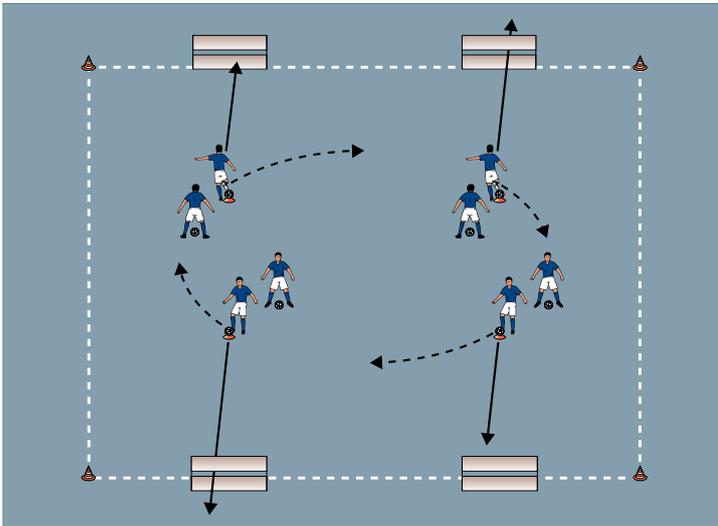
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer schießt und kriecht zuerst durch sechs Tore?
- ▶ Rückwärts durch die Tore kriechen.
- ▶ Auf dem Rücken durch die Tore kriechen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Kinder üben das Dribbling.
- ▶ Der Torschuss wird geschult.
- ▶ Technikaufgaben oft mit Geschicklichkeitsaufgaben kombinieren.

THEMA: MIT KASTENEINSÄTZEN TRAINIEREN



SPIEL 4:

GEISTERFALLE

ORGANISATION

- ▶ Die Kasteneinsätze an die Seite schieben
- ▶ In etwa 5 Meter davor flache Hütchen platzieren
- ▶ Die Kinder bilden Reihen an den Hütchen.

ABLAUF

- ▶ Die Geisterjäger treiben die Geister in die Fallen.
- ▶ Die Kinder legen die Bälle auf die Hütchen und schießen. Dann wechseln sie im Uhrzeigersinn zum nächsten Tor.

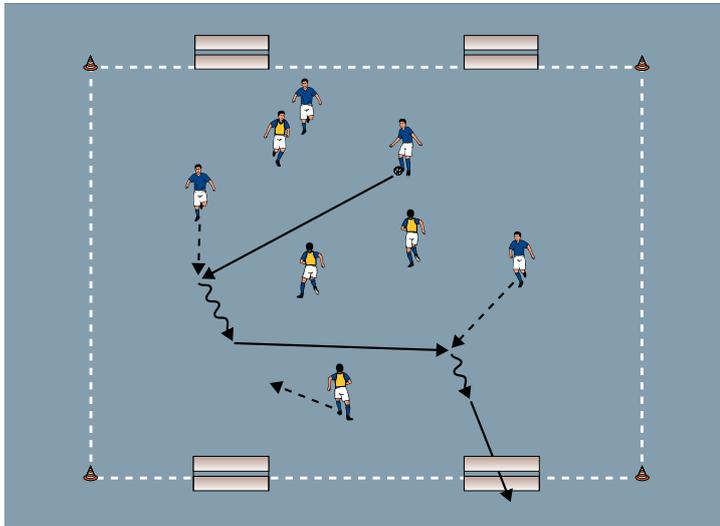
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Den Ball neben das Hütchen legen.
- ▶ Abwechselnd mit links/rechts schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Torschuss aus dem Stand wird geübt.
- ▶ Der Ball auf dem Hütchen erleichtert den Vollspannstoß.
- ▶ Beim Torschuss auf viele Wiederholungen achten.

THEMA: MIT KASTENEINSÄTZEN TRAINIEREN



SPIEL 5:

GEISTERJÄGERWACHE

ORGANISATION

- ▶ Die Kasteneinsätze gegenüber aufstellen
- ▶ Zwei Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ Die Geisterjäger bringen die Geisterfallen in die Geisterjägerwache.
- ▶ Spiel im 4 gegen 4 auf vier Tore.

VARIATIONEN

- ▶ 3 gegen 3 mit Torhütern, die beide Tore bewachen.
- ▶ 2 gegen 2 in zwei Feldern auf je zwei Tore.
- ▶ Mit einem Miniball spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Spiele auf mehr als zwei Tore sorgen für viele Erfolgserlebnisse.
- ▶ Kasteneinsätze sind ideale Hallentore.
- ▶ In kleinen Fußballspielen haben alle Kinder viele Ballkontakte.