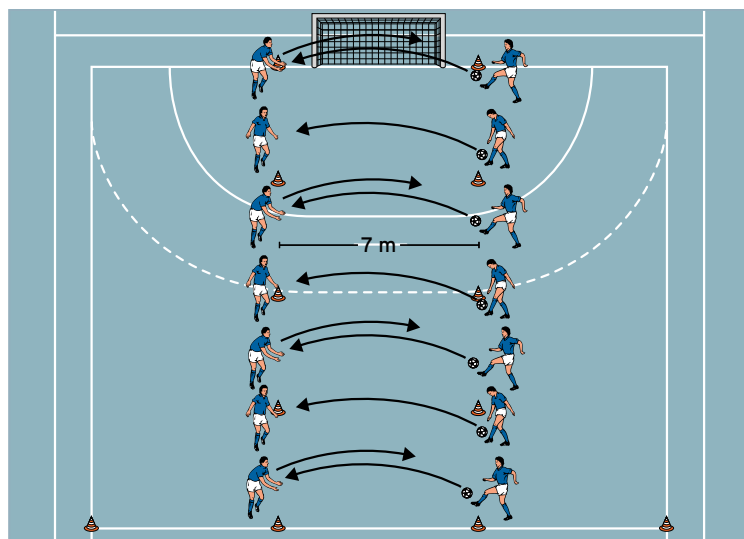


AUFWÄRMEN 2: Partner-Volley

von Thomas Staack (27.01.2015)



Organisation

- Zwei Linien im Abstand von ca. 7 Metern markieren
- Die Kinder suchen sich einen Partner und stellen sich gegenüber auf
- 1 Ball pro Spielerpaar

Ablauf

- Aus der Hand spielen sich die Kinder volley zu. Der Partner fängt den Ball und schießt ihn volley wieder zurück.

Variationen

- Wettbewerb: 1 Punkt pro gefangenem Ball. Welches Team erreicht zuerst acht Punkte?
- Nach jedem Schuss wechseln die Partner die Positionen.
- Nur mit links/rechts schießen.
- Erleichtern: Den Abstand zwischen den Linien verringern.
- Erschweren: Den Abstand zwischen den Linien vergrößern.
- Den Ball auf den Boden legen und flach zum Partner schießen.

Tipps und Korrekturen

- Darauf achten, dass die Kinder den Ball nicht zu nah am Körper halten. Das erschwert den Spannstoß.
- Kleine Wettbewerbe motivieren die Kinder und wecken Interesse.
- Alle Übungen vormachen. Das Nachmachen ist für die Kinder leichter, als die Erklärungen des Trainers zu verstehen.
- Vorhandene Linien auf dem Hallenboden als Begrenzungsmarkierung nutzen.