

## Aufwärmspiele/Staffel

### Trainingsgruppe im Alter von 6- 16 Jahren

#### 1. PARTEIBALL: (verschiedene Variationen möglich)

Material: Ball (z.B. Softhandball, Basketball), Hütchen zum Abgrenzen des Spielfeldes, evtl. Parteibänder zur Kennzeichnung der Mannschaften,

2 Mannschaften befinden sich innerhalb des Spielfeldes; welche Mannschaft kann sich den Ball z.B. 6x zupassen ohne dass ein Gegenspieler den Ball berührt. Wenn der Ball vom Gegner berührt wird bekommt die gegnerische Mannschaft den Ball. Schafft eine Mannschaft die Anzahl der Ballberührungen bekommt die gegnerische Mannschaft den Ball. Spielzeit wird vorher festgelegt.

Variationen:

- Nach erfolgreichem Passspiel laufen die Kinder zur Snaggolputtstation und putten 5 Bälle an den Snag-Rollerama. Punkte zählen.
- Wie oben, nur an eine Scheibe chippen

#### 2. STAFFELN mit verschiedenen Aufgaben

Trainingsgruppe im Alter von 6- 16 Jahren

Material: Hütchen, Schwimnudeln ( je nach Staffelanzahl) Softbälle, verschiedene Bälle, Reifen als Zielmarkierung.

Spielidee: Für jede Mannschaft werden ca. 5 Hütchen als Markierung im Abstand von ca. 2 m aufgestellt. Nach dem letzten Hütchen wird ein Reifen als Ziel im Abstand von ca 2-3m nach dem letzten Hut abgelegt. ( Abstand variiert je nach Leistungsstärke der Kinder). Am letzten Hut liegen 3 Tennisbälle.

Die Kinder sollen den Softball mit der Schwimnudel so schnell wie möglich durch den Slalomparcour treiben. Am letzten Hütchen Schwimnudel ablegen und versuchen die Tennisbälle in den Reifen zu werfen. Jeder Treffer zählt 1 Punkt (Ball muss nicht im Reifen liegen bleiben). Danach so schnell wie möglich mit der Schwimnudel an den Startpunkt zurücklaufen und die Nudel an den Nächsten übergeben.

Variationen :

- Bälle ändern
- Abstände während des Slalomparcours verändern
- Zielabstand verändern
- Ball muss im Reifen liegen bleiben
- Beim Zielwerfen auf 1 Bein stehen
- Fortbewegungsart ändern während des Slaloms
- Fortbewegungsart ändern auf dem Rückweg