

Trainerassistenten-Ausbildung

| Thema: | Kleine Spiele | |
|----------------------|---|--|
| Altersgruppe: | Erwachsene, Jugendliche | |
| Geräte: | Gymnastikball | |
| Medien: | | |
| Hinweise: | 1 UE | |
| Zeit | Inhalt/ Methodischer Aufbau | Hinweise |
| | Theorie | |
| 10 min | <p>Didaktische Überlegungen:</p> <p>Jedes Spiel im Training muss einen Sinn haben. Jedes Spiel muss zum richtigen Zeitpunkt eingesetzt werden.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Tigerball: Am Beginn oder am Schluss eines Trainings für Kinder? Warum? 2. Stillliegen: Wann? Warum? | <p>An verschiedenen Beispielen Abklärung, wann die Spiele im Trainingsablauf ihren Platz haben</p> |
| | Praxis | |
| 35 min | <p style="text-align: center;">Beispiele: Sinn der Spiele immer kurz klären!</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Steh-Bock-Lauf-Bock-Varianten (Befreiung durch Durchkriechen, einen Bocksprung, eine Fallübung oder einen Wurf) 2. Abrollen 3. Greenpeace¹ 4. Steirisch Ringen 5. Gürtelknoten auf den Rücken 6. Gürtelraub 7. Fesselspiel 8. Tigerball 9. Daumenrandori 10. Vorstellung von Spielen durch die Teilnehmer | <p>Die meisten Spiele werden wenigstens kurz einmal gespielt.</p> |

¹ Eine Variante des Schildkrötendrehens mit drei Mannschaften: Schildkröten, Schildkrötenjäger und Tierschützer