

## TRAINIEREN MIT F- UND E-JUNIOREN

### AUFWÄRMEN 1: Ballschule

von Paul Schomann (07.01.2003)



#### ORGANISATION

- Die gesamte Halle als Übungsraum nutzen
- Pro Spieler 1 Ball
- Nacheinander folgende Übungen absolvieren

#### ABLAUF

- ① Alle Kinder laufen sich mit Ball am Fuß ein.
- ② Der Ball wird im Gehen geprellt.
- ③ Ballgewöhnung ohne Vorgabe.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- Bei den Übungen keine Vorgaben des Tempos oder der Laufrichtung machen!
- Die Kinder sollen den Ball und seine Eigenschaften kennen lernen und ausprobieren!
- Den Kindern für Kreativität und gelungene Aktionen Lob aussprechen!

