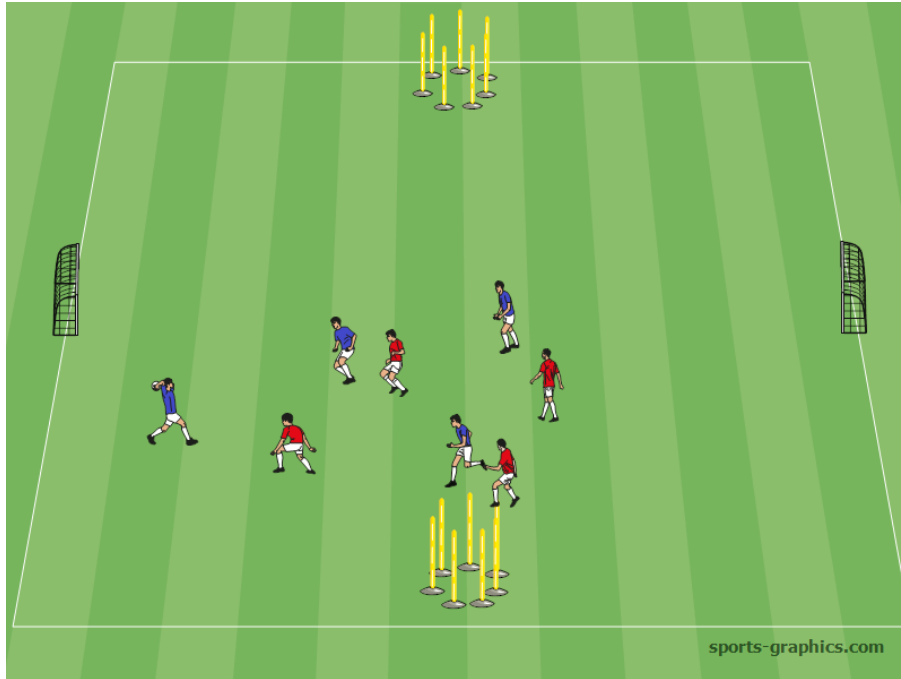


BEST-PRACTICE-ÜBUNGEN.

FUßBALL-BASKETBALL AUF TORE UND KÖRBE.



Organisation:

- ♦ Zwei Teams in verschiedenen Farben einteilen
- ♦ Ein quadratisches Feld (ca.15x15m) eingrenzen
- ♦ Zwei Mini-Tore und zwei Basketballkörbe aus Stangen an den langen Spielfeldseiten aufstellen

Ablauf:

- ♦ Jedes Team verteidigt einen Korb und ein Mini-Tor
- ♦ Der Trainer ruft immer wieder Rechenaufgaben. Bei geradem Ergebnis wird Fußball gespielt, bei ungeradem Ergebnis Basketball (fortbewegen durch prellen und maximal 2 Schritte als Regelvorgaben).

Variation:

- ♦ Körbe und Mini-Tore in den Ecken aufstellen (rautenartiges Spielfeld)
- ♦ Wer den Ball hat, darf sich nicht bewegen
- ♦ Nach einer bestimmten Anzahl erfolgreicher Pässe wird die Sportart gewechselt