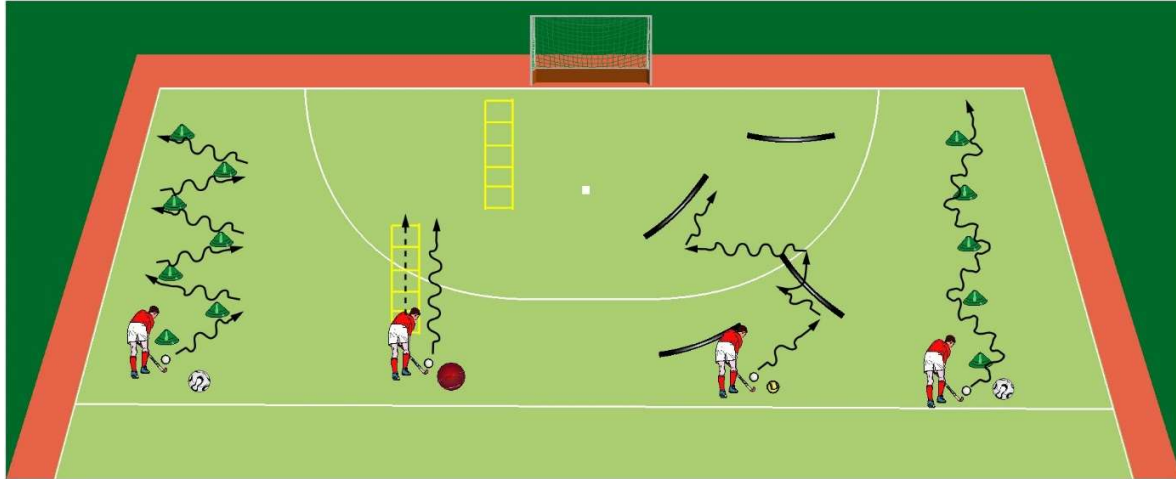


Peter 1 Technik Übungen – differenzielles Lernen



Organisation

Ein Viertel wird in 4 Felder/Streifen aufgeteilt. Auf jedem Streifen wird eine andere Technik-Übung gemacht. Eine Übung ist ein normaler Slalom-Parcours mit Hütchen. In einem Streifen sind mehrere Stangen auf dem Boden. Die nächste Übung besteht aus einem breiten Slalom-Parcours. Und im letzten Streifen liegen Koordinationsleitern (1-2 Stück). In jedem Streifen ist ein Spieler mit Ball.

Beschreibung

Die Spieler machen die Übungen in ihrem Streifen. Bei den Leitern soll zum Beispiel der Ball rechts geführt werden und der Spieler läuft in der Leiter (2 Schritte vor, 1 Schritt zurück, usw.). Bei dem breiten Slalom-Parcours soll der Spieler weite Zieher machen. Die Technikausführungen sollen bewusst falsch gemacht werden, wie zum Beispiel den Schläger falsch herum halten, einen Boule-Kugel, Basketball oder Tennisball führen, nur mit der runden Seite spielen. Die Techniken sollen bewusst falsch gemacht werden, damit einem die richtige Technik klarer wird (differenzielles Lernen).