




Hütchensprint


Aufbau (Skizze)


 = Spieler

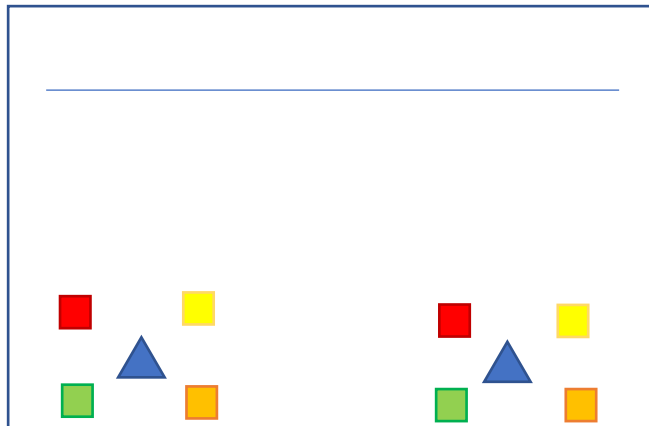
 = grünes Hütchen

 = rotes Hütchen

 = gelbes Hütchen

 = orangenes Hütchen

 = Ziellinie



Regeln:

- die Spieler werden in zwei Teams eingeteilt
- ein Spieler stellt sich in ein Viereck aus vier farbigen Hütchen
- der Lehrer sagt Farben der Hütchen in einer Reihenfolge wie zum Beispiel rot, grün
- in dieser Reihenfolge muss der Spieler die Hütchen berühren und danach bis ins Ziel sprinten

Varianten:

- die farbigen Hütchen können auch anders wie zum Beispiel nach Zahlen benannt werden
- jeder Teamspieler kann auch mehrmals drankommen

Ziel/ Sieger/ Ende:

- kommt man vor dem anderen Team ins Ziel holt man einen Punkt
- nachdem jeder Teamspieler einmal dran war hat ein Team mehr Punkte, welches gewinnt

Bewertung:

5
4
3
2
1
0



Schweiß



Spaß



Kraft



Ausdauer

Quellen:

Aus dem Fußballtraining übernommen