

Michael- Angelo Harder
Ausbilder DBV
Ehemaliger Bundestrainer
für Schüler und Jugend
Ehemaliger Lehrwart und
Landesauswahltrainer HBV

HAND OUT

Train the Little Ones

DBV Academy 2009

Trainings- und Spielvarianten für Kinder ab 7 Jahren:

- Schlagen: Ampelübung Rot (Wartehaltung), Gelb (Fertig machen), Grün (Schlagen)
- Strikezone kennenlernen
- Werfen und Schlagen: Umstellung von Tennisbällen auf Incrediballs und von Schaumstoffschlägern auf Aluschläger (Schläger in die Kiste)
- oft und viel spielerisch weit werfen (Basketballkorb/Wurfentfernung staffeln)
- Englische Begriffe sollten vertraut sein (alle laufen zum x.Base, Pitcher, Catcher)
- Wurfspiel: Ein Kind in der Mitte vier Kinder im Quadrat. Der Spieler der den Ball hat ist an der HP, wirft dem Spieler in der Mitte den Ball zu und ruft zu welchem Base dieser werfen soll.
Varianten: Die HP bleibt an einer Stelle/die HP ist immer da wo der Ball oder die Kinder sind
- Spielzüge ansagen (Defensespieler sagt, wo er welches aus machen kann, wie viele outs man hat; Muss- und Kannläufer; Augen zu)
- einfache Spielideen (Basketballkorb / Parcour)
- abwechslungsreiche Ideen (Socksenspiel; „Einer bleibt übrig“, „Pappkamerad“, Sliding in Badehose)
- Wurfentfernungen der Kinder in regelmäßigen Abständen messen (Erfolgsenerlebnis)

Obligatorisch sind Suspensorium und Helme

Spielregelempfehlung für 7-10 Jährige: zutossen von der Seite oder von vorne; 3 Outs, kein count, sondern 3 Versuche zu Schlagen, ansonsten ggf. noch ein Versuch vom Battig Tee.

Baseball- und gesellschaftsspezifische Probleme:

- keine zu hohen Erwartungen nach den Ferien
- Warmlaufen & Dehnübungen gehören zum Training
- keine anderen Bälle wie Fuß- oder Basketbälle zum warmmachen nehmen
- Abwanderung zu anderen Sportarten durch breites Sportangebot
(Motivation durch Punktspiele/Turniere/Eltern-Kinderspiele; Amerikanischer Nachmittag, gemeinsam BL Spiele ansehen)
- Physische Problemkinder
- Altersunterschied (7 bis 10 Jahre/Jungen und Mädchen) einerseits problematisch, andererseits der Reiz
- Mädchen generell (z.B. eigene Umkleidemöglichkeit, Weiblichkeit entwickelt sich, beste Freundin)
- Im Bereich 7-10 Jährige gibt es relativ wenig Spieler

Praktische Übungen (Marc 7 ½ und Timo 6 Jahre)

- Fangen
- Schlagen
- Pitching
- Fielding

Hinweise:

- Turnier in Lütjensee am 07.02.2009