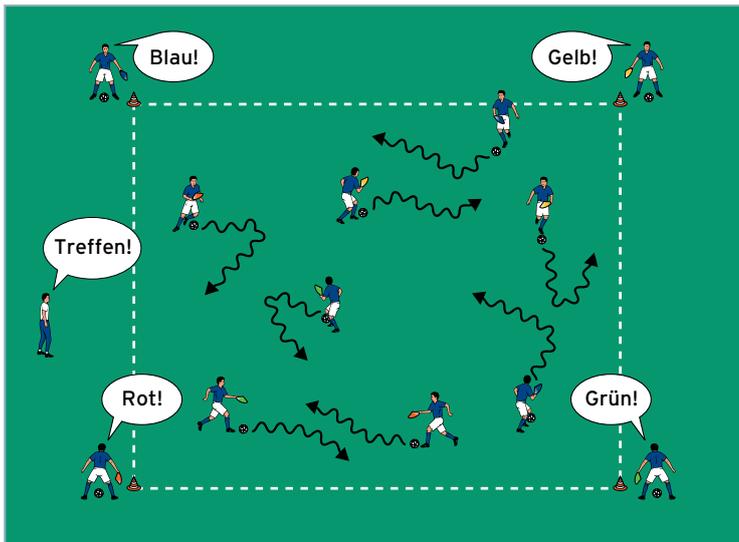


AUFWÄRMEN 2: Kappen-Tausch II

von Klaus Pabst (26.07.2016)



Organisation

- Den Aufbau weiter nutzen

Ablauf

- Die Spieler dribbeln frei im Feld und tauschen untereinander die Hütchenkappen.
- Auf ein Trainerkommando treffen sich die Spieler mit Hütchenkappen der gleichen Farbe an jeweils einem Eckhütchen des Feldes.
- Die Spieler, die sich mit Hütchenkappen der gleichen Farbe zuerst getroffen haben, bekommen 1 Punkt.
- Welche Spieler gewinnen mehr als 5 Punkte?

Variationen

- Den Ball in der Hand tragen.
- Nur mit rechts/links dribbeln.
- Hütchenkappen und Bälle tauschen.
- Nach jedem Tausch der Hütchenkappen ein Hütchen des Feldes umdribbeln.

Tipps und Korrekturen

- Die gleichen Spieler dürfen nicht zweimal in direkter Folge die Hütchenkappen tauschen.
- Die Spieler sollen sich schnell orientieren und mindestens alle 5 Sekunden die Hütchenkappen tauschen.
- Den Ball im Dribbling und beim Tausch der Hütchenkappen am Fuß kontrollieren und Zusammenstöße mit anderen Spielern vermeiden.
- Um sich schnell zusammenzufinden, kommunizieren die Spieler automatisch lautstark miteinander.