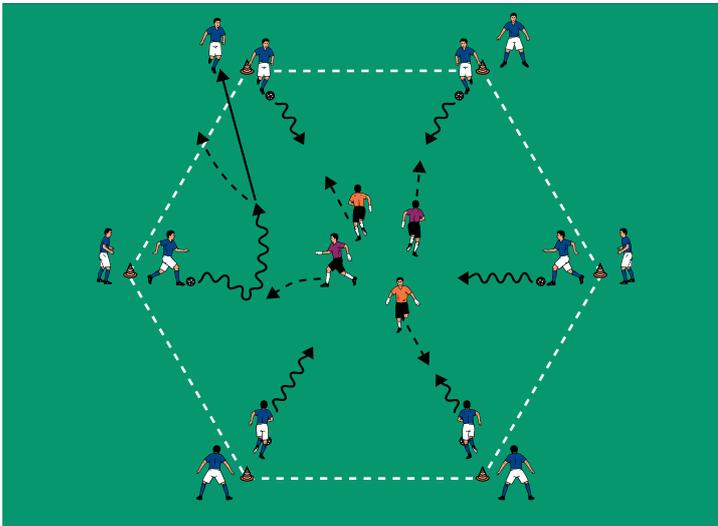


E-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 2:

FINTEN IM FELD MIT GEGNER

von Jörg Daniel (21.03.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau aus Aufwärmern 1 beibehalten
- ▶ Die Hütchen im Feld entfernen
- ▶ 4 Torhüter bestimmen und im Feld postieren

ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler an den Starthütchen dribbeln gleichzeitig ins Feld, versuchen, die Torhüter zu umspielen und zum nächsten Spieler an einem anderen Hütchen zu passen.
- ▶ Die Torhüter dürfen die Bälle der Dribbler mit Händen und Füßen abwehren (= 1 Punkt).
- ▶ Jeder Spieler läuft seinem Abspiel zum Hütchen nach.
- ▶ Der Passempfänger nimmt direkt ins Dribbling ins Feld an und mit und versucht ebenfalls, die Torhüter zu umspielen usw.
- ▶ Welcher Torhüter sammelt in 2 Minuten die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Torhüter müssen die Bälle der dribbelnden Spieler mit den Händen festhalten.
- ▶ Die Torhüter agieren als 'Kraken' auf Händen und Füßen (rückwärtiger Vierfüßlerstand).
- ▶ 4 Verteidiger benennen, die die Bälle der Dribbler lediglich mit den Füßen abwehren dürfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter/Verteidiger regelmäßig wechseln.
- ▶ Die Anzahl der Torhüter/Verteidiger im Feld dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Die Ballbesitzer zum mutigen Dribbling auffordern.
- ▶ Die Spieler dürfen nicht zu dem Hütchen zurückspielen, von dem sie ins Feld gestartet sind.