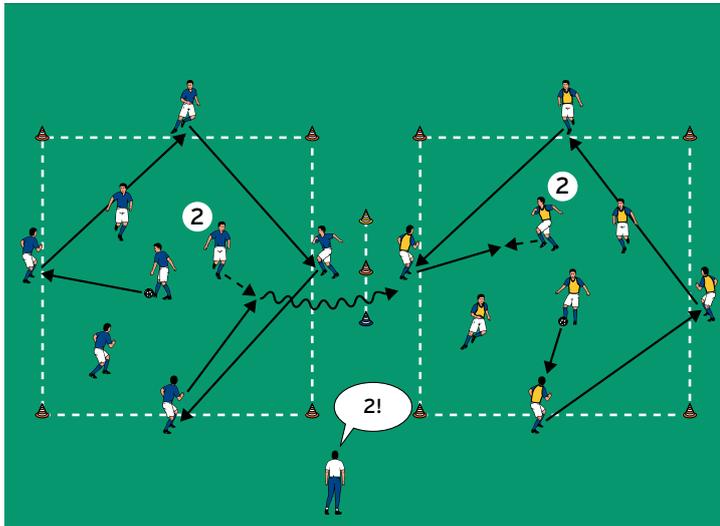


THEMA: SCHNELLER REAGIEREN UND HANDELN



AUFWÄRMEN 2:

ZAHLEN-SPRINT

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Zwischen den Feldern eine Linie mit 3 verschiedenfarbigen Hütchen errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Mannschaften in 2 Gruppen teilen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen und die Spieler im Feld werden durchnummeriert.
- ▶ Die Spieler im Feld passen sich in der Gruppe zu.
- ▶ Der Trainer ruft die Zahl eines Spielers.
- ▶ Die Spieler in der Mitte spielen aus dem Feld und die Außenspieler spielen sich so zu, dass jeder einmal in Ballbesitz war.
- ▶ Anschließend wird zum aufgerufenen Spieler im Feld gepasst, der über die Hütchenlinie dribbelt.

VARIATIONEN

- ▶ Mit maximal 2 Kontakten spielen.
- ▶ Der aufgerufene Spieler muss eine Finte ins Dribbling einbauen, bevor er über die Linie dribbeln darf.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die schnellere Mannschaft erhält einen Punkt.
- ▶ Nach 2 Durchgängen tauschen die Spieler die Positionen.