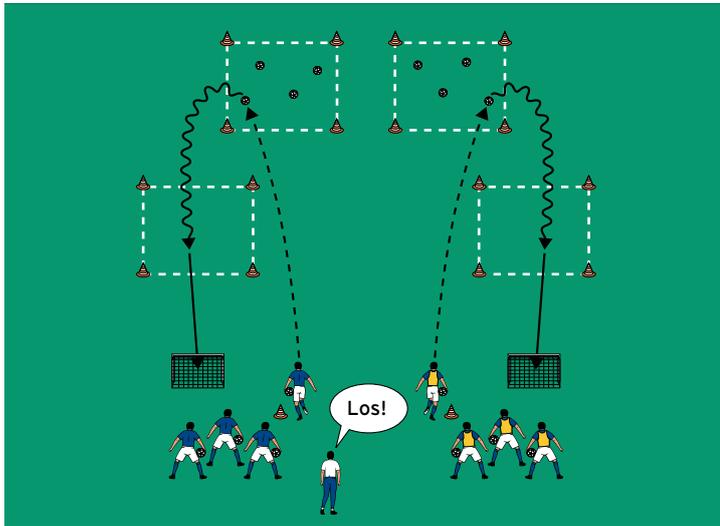


## THEMA: IM STAFFELTRAINING DIE SCHNELLIGKEIT SCHULEN



### AUFWÄRMEN 2:

## FELDER-SPRINT MIT TORSCHUSS

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau nicht verändern
- ▶ Bälle in den beiden hinteren Feldern platzieren
- ▶ Etwa 5 Meter vor den vorderen Feldern Miniretore aufstellen
- ▶ Alle Spieler mit Bällen in den Händen

### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando starten die ersten Kinder in die hinteren Felder und legen den Ball ab. Dann dribbeln sie einen anderen Ball in die vorderen Felder und passen in die Miniretore. Anschließend kehren sie mit Ball zum Start zurück.

### VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb I: 1 Punkt für den Spieler, der den Ball zuerst ablegt.
- ▶ Wettbewerb II: 1 Zusatzpunkt für den Spieler, der zuerst einen Treffer erzielt.
- ▶ Abwechselnd mit links/rechts passen.
- ▶ Ohne Ball laufen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Staffelwettbewerbe oft mit technischen Zusatzaufgaben verbinden.
- ▶ Wie im Fußballspiel erwartet den Spieler nach dem Sprint eine Aufgabe mit Ball.
- ▶ Der Ball in der Hand erschwert das Laufen.
- ▶ Fehlende Miniretore durch Hütchen- oder Stangentore ersetzen.