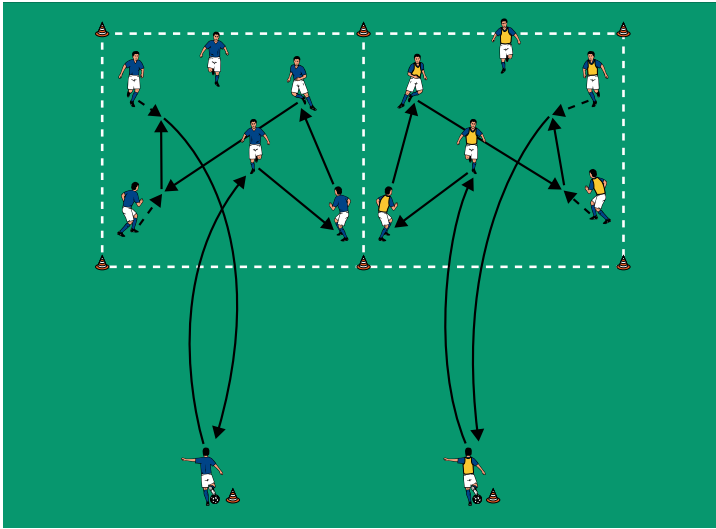


THEMA: DAS SPIEL SICHER VON HINTEN HERAUS AUFBAUEN



AUFWÄRMEN 1:

VIERER-KOMBINATION

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder markieren
- ▶ Zusätzlich 2 Anspielerpositionen markieren
- ▶ 2 Gruppen bilden
- ▶ Jede Gruppe stellt 1 Anspieler
- ▶ Alle übrigen Spieler den Feldern zuweisen

ABLAUF

- ▶ Der Anspieler spielt einen Flugball ins Feld.
- ▶ Die Spieler im Feld kontrollieren das Zuspiel und spielen 4 Pässe in den eigenen Reihen.
- ▶ Der Empfänger des letzten Passes spielt einen Flugball zurück zum Anspieler.

VARIATIONEN

- ▶ Die Zahl der erforderlichen Pässe variieren.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Die Mannschaft, die zuerst zurück zum Anspieler passt, erhält 1 Punkt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler im Feld dauerhaft in Bewegung sind.
- ▶ Die Spieler sollten möglichst direkt spielen.
- ▶ Kein Spieler sollte zweimal in einer Aktion angespielt werden.
- ▶ Die Anspieler nach jeweils 2 Minuten wechseln.