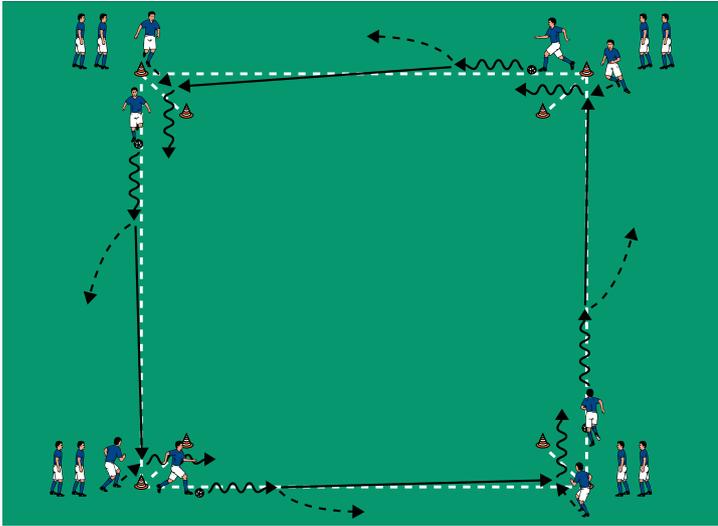


## THEMA: ZIELSTREBIG ÜBER DIE AUSSEN SPIELEN



### AUFWÄRMEN 1:

## DRIBBELN UND PASSEN MIT 4 BÄLLEN

### ORGANISATION

- ▶ In den Ecken eines 15 x 15 Meter großen Feld je 1 Hütchentor markieren
- ▶ Die Spieler an den Hütchentoren verteilen
- ▶ Der jeweils erste Spieler hat 1 Ball

### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler dribbeln im Gegenuhrzeigersinn los und passen zum Spieler am jeweils nächsten Hütchentor.
- ▶ Anschließend laufen sie ihrem Abspiele nach und stellen sich beim nächsten Hütchentor wieder an.
- ▶ Die Passempfänger nehmen durch das Hütchentor zur Seite mit, dribbeln ebenfalls im Gegenuhrzeigersinn weiter, passen erneut usw.

### VARIATIONEN

- ▶ Im Uhrzeigersinn um das Feld dribbeln/passen.
- ▶ Die Ballbesitzer tragen zusätzlich einen weiteren Ball in den Händen, den sie den Passempfängern an den Hütchentoren zuwerfen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Dribbler möglichst mit jedem Schritt den Ball berühren.
- ▶ Die Passempfänger sollen den Zuspielen mit einer Auftaktbewegung kurz entgegenstarten.
- ▶ Den Ball mit der Innenseite in die neue Bewegungsrichtung an- und mitnehmen.