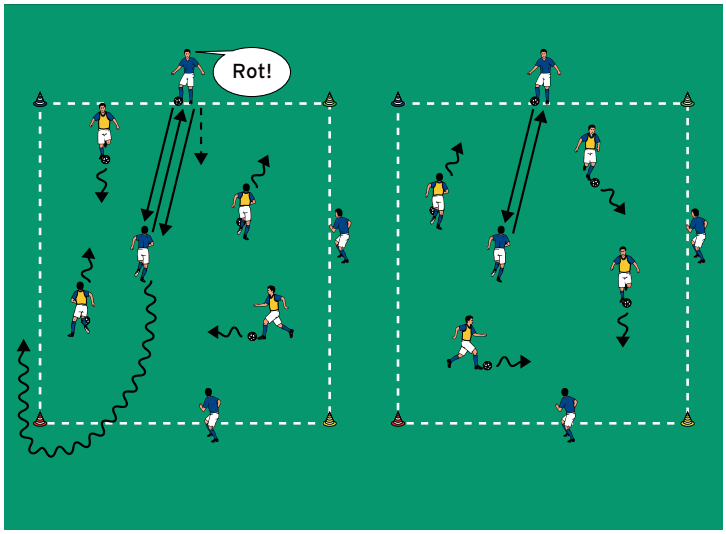
THEMA: MIT DEM ERSTEN KONTAKT ZUM ERFOLG



AUFWÄRMEN 1:

FARB-KOMMANDO

ORGANISATION

- Mit je 4 verschiedenfarbigen Hütchen 2 Felder markieren.
- 2 Gruppen bilden.
- In den Gruppen jeweils Pass- und Dribbelspieler bestimmen.

ABLAUF

- Die Dribbelspieler bewegen sich frei mit dem Ball im Feld.
- Der erste Passspieler passt sich mit seinem Mitspieler im Feld zu.
- Er startet mit Zuruf einer Farbe die Aktion und der Spieler im Feld dribbelt anschließend um das vorgegebene Hütchen.
- Danach besetzt er eine freie Seite und der Passgeber rückt ins Feld.
- Die Spieler tauschen nach jeweils 3 Minuten die Aufgaben.

VARIATIONEN

- Die Dribbelspieler müssen Finten ins Dribbling einbauen.
- Die Dribbelspieler jonglieren den Ball im Feld.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Der Passspieler im Feld sollte vor Beginn der Aktion wissen, wo sich welches Hütchen befindet.
- Der erste Kontakt sollte direkt in die entsprechende Richtung erfolgen.