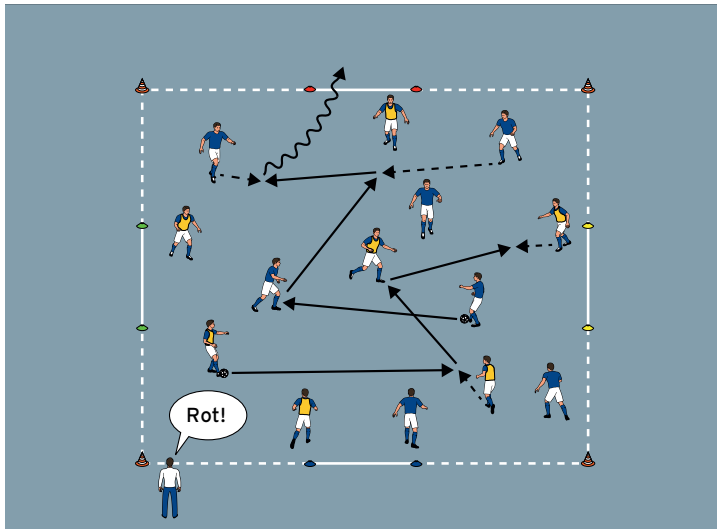


THEMA: BESSER VORORIENTIEREN, SCHNELLER UMSCHALTEN



AUFWÄRMEN 1:

FARB-TORE I

ORGANISATION

- ▶ 1 Feld markieren.
- ▶ 4 unterschiedlich farbige Hütchentore errichten.
- ▶ 2 Gruppen bilden.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen sich frei in der Gruppe zu.
- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Ballführenden beider Gruppen durch das angesagte Tor dribbeln.
- ▶ Zunächst sollte die Aktion im lockeren Tempo erfolgen.

VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettkampf durchführen: Aus welchem Team dribbelt der Ballführende zuerst durch das angesagte Tor?
- ▶ Auf dem Weg zum Hütchentor müssen die Spieler eine Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ Die Spieler müssen sich den Ball mit 3 Kontakten zuspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Durch das Farbkommando müssen sich die Spieler schnell im Raum orientieren und den schnellsten Weg zum Tor finden.
- ▶ Dabei müssen sie selbst entscheiden, ob der Spieler am Ball Richtung Tor dribbelt oder zu einem besser postierten Spieler passen soll.