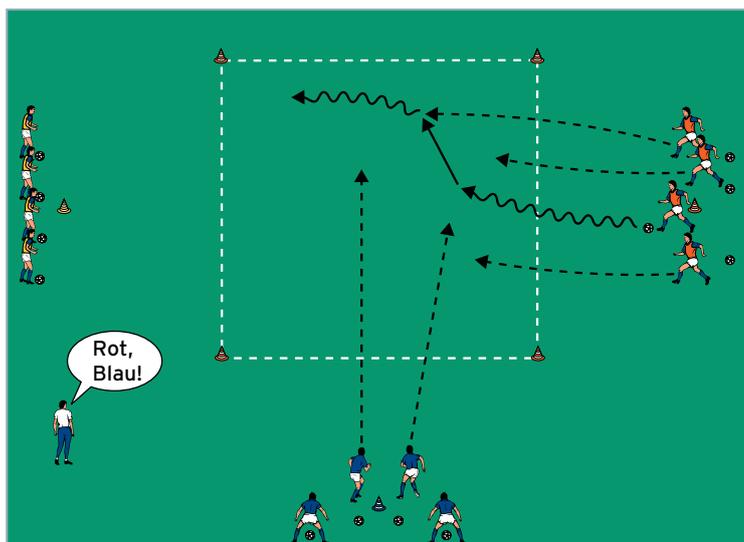


AUFWÄRMEN 2: Linien-Spiel

von Paul Schomann (30.06.2015)



Organisation

- Den Aufbau aus Aufwärmern 1 beibehalten

Ablauf

- Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er 2 Hütchenfarben aufruft.
- Die Mannschaft vom zuerst aufgerufenen Hütchen läuft/dribbelt ins Feld.
- Gleichzeitig starten 2 Spieler des anderen aufgerufenen Teams ins Feld.
- Die Ballbesitzer versuchen, im 4 gegen 2 über die gegenüberliegende Grundlinie zu dribbeln (= 1 Punkt).
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die andere Grundlinie.
- Jedes 4 gegen 2 dauert so lange, bis eine Grundlinie überdribbelt oder der Ball aus dem Feld gespielt wurde.
- Welche Mannschaft gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

Variationen

- 4 Angreifer treten gegen 1 Verteidiger an.
- Alle Spieler der aufgerufenen Mannschaften laufen zum 4 gegen 4 ins Feld.

Tipps und Korrekturen

- Als Trainer jede Mannschaft ungefähr gleich häufig als Angreifer und Verteidiger aufrufen.
- Die Feldgröße dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- Wird der Ball zu schnell verspielt, das Feld gegebenenfalls vergrößern.
- Die Spielzeit gegebenenfalls verlängern und als Trainer jeweils einen weiteren Ball neutral einspielen.
- Nach jedem Durchgang das Feld schnell verlassen, so dass der Trainer sofort die nächsten Mannschaften aufrufen kann.