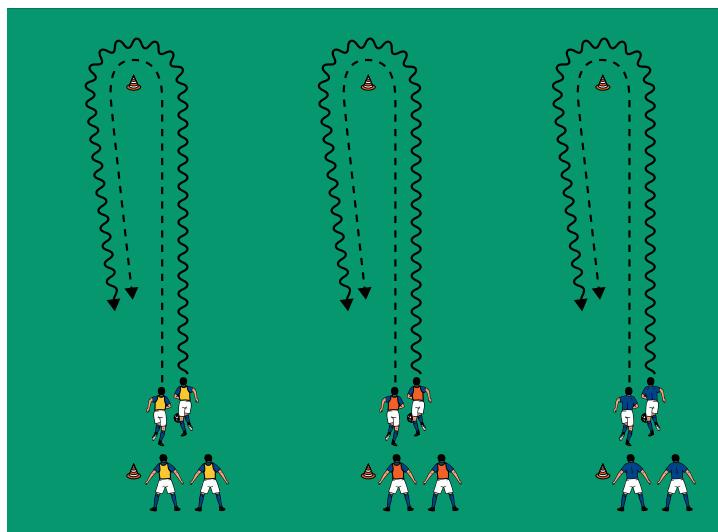


THEMA: ZU EINEM TEAM WERDEN



AUFWÄRMEN 1:

BALL-PAAR-TRANSPORT

ORGANISATION

- ▶ 3 Starthütchen nebeneinander aufstellen und 20 Meter vor jedem Starthütchen ein Wendehütchen errichten
- ▶ 3 Teams bilden
- ▶ Die Spieler jedes Teams paarweise in Handhaltungen an den Starthütchen verteilen, wobei das erste Paar jeweils einen Ball hat

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die Spielerpaare um das Wendehütchen zurück zum Starthütchen und übergeben den Ball an das nächste Paar.
- ▶ Welches Team absolviert zuerst 4 komplette Durchgänge?

VARIATIONEN

- ▶ Jedes Spielerpaar muss im Dribbling mindestens 3-5 Pässe miteinander spielen.
- ▶ Die Strecke verkürzen oder verlängern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mehrere Durchgänge absolvieren und die Partner wechseln.
- ▶ Spielen die Spielerpaare den Ball im Dribbling zu weit vor, eine Mindestzahl an Ballkontakte für die Strecke vorgeben.