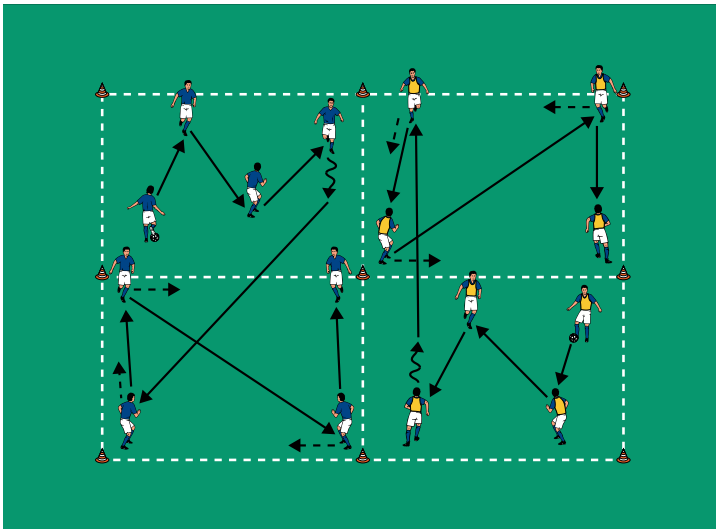


## THEMA: HOHE ANSPIELE IN DIE SPITZE



### AUFWÄRMEN 1:

#### SICHERER SPIELAUFBAU AUS DER ABWEHR

##### ORGANISATION

- ▶ 4 aneinandergrenzende Felder errichten
- ▶ 4 Gruppen bilden und jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Dabei in 2 Feldern die Ecken des Feldes besetzen sowie in den beiden anderen die Spieler mit 1 Ball frei im Feld aufstellen

##### ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer starten jeweils die Aktion und passen sich in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Dabei muss jeder Spieler der Gruppe einmal am Ball gewesen sein.
- ▶ Der Empfänger des letzten Zuspiels nimmt kurz an und mit und spielt zum Startspieler am Eckhütchen im gegenüberliegenden Feld weiter.
- ▶ Hier spielen sich die Spieler ebenfalls in freier Abfolge zu.
- ▶ Der Empfänger des letzten Zuspiels passt erneut ins jeweils andere Feld usw.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken die Spieler an den Eckhütchen im Uhrzeigersinn jeweils eine Position weiter.

##### VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler im Feld müssen jeweils eine Finte ausführen, ehe sie zum jeweils nächsten Spieler bzw. ins andere Feld passen dürfen.
- ▶ Die Passreihenfolge in den Feldern fest vorgeben.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei den Zuspielen darauf achten, dass der Ball niemals zur Ruhe kommt.
- ▶ Das Tempo in den Aktionen zunehmend steigern.