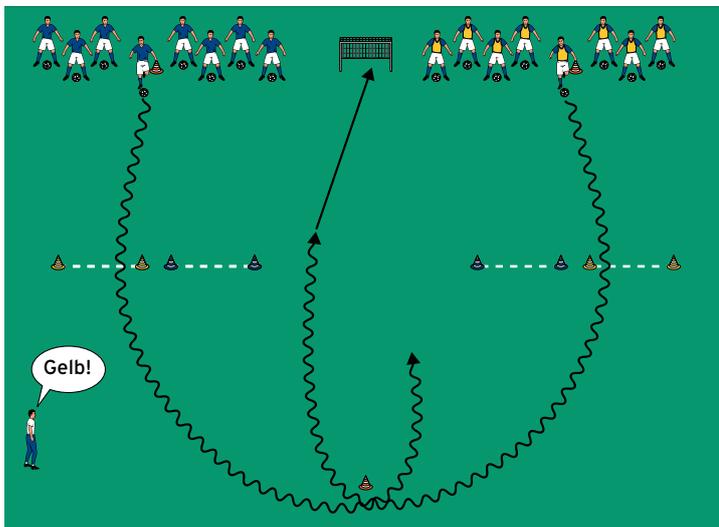


THEMA: SCHNELL REAGIEREN



HAUPTTEIL 1:

FARBIGE HÜTCHENTORE I

ORGANISATION

- ▶ 1 Minitor mit je 1 Starhütchen auf beiden Seiten errichten
- ▶ Vor den Starhütchen jeweils 2 verschiedenfarbige Hütchentore markieren
- ▶ Dahinter 1 Wendehütchen platzieren
- ▶ 2 Teams bilden und an je 1 Starhütchen postieren
- ▶ Pro Spieler 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Farbe auf.
- ▶ Die Spieler dribbeln durch das aufgerufene Hütchentor und um das Wendehütchen.
- ▶ Danach schließen sie auf das Minitor ab.
- ▶ Der Spieler, der zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Punkt.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team sammelt zuerst 8 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer hält farbige Hütchen hoch, anstatt zu rufen.
- ▶ Vor dem Tor eine Dribbellinie markieren: Nur der Spieler, der diese Linie zuerst überdribbelt, darf auf das Minitor abschließen.
- ▶ Der Spieler, der zuerst durch das Hütchentor dribbelt, erhält 1 Punkt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In der Übungsform geht es in erster Linie um Reaktionsschnelligkeit.
- ▶ Durch den Wettkampfcharakter wird die Konzentration und auch die Motivation gesteigert.
- ▶ Es wird bewusst mit größeren Gruppen geübt, um ausreichende Pausenzeiten sicherzustellen.