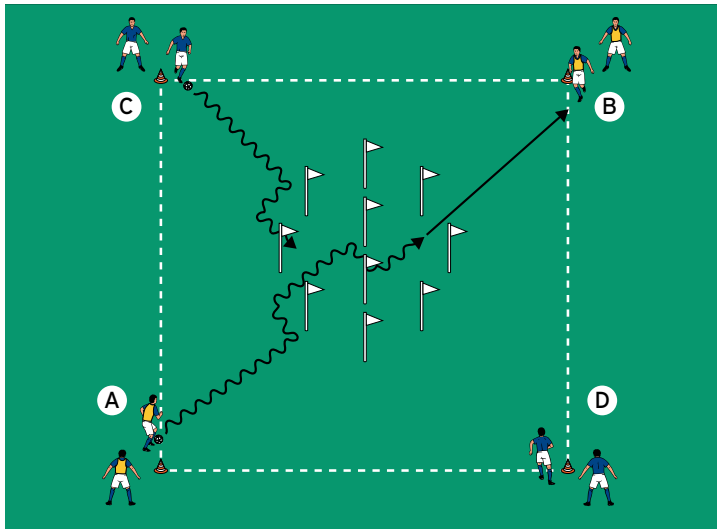


THEMA: DAS KAPPEN MIT BEIDEN FÜSSEN SCHULEN



AUFWÄRMEN 2:

STANGEN-KAPPEN I

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Grundorganisation beibehalten
- ▶ Die Starthütchen gemäß Abbildung durchbuchstabieren
- ▶ Die ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A bzw. C dribbelt in den Stangenwald, klappt an zwei Stangen wahlweise nach rechts oder links und passt zu B bzw. D.
- ▶ Anschließend startet B bzw. D ins Feld usw.

VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: A und B bzw. C und D bilden Teams. Einen Staffelwettbewerb organisieren.
- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln und kappen.
- ▶ Wahlweise zu einer anderen Spielergruppe dribbeln und passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Kappen ist eine wichtige Fußballtechnik.
- ▶ Die Kappbewegung vormachen.
- ▶ Kleine Wettbewerbe motivieren die Spieler.