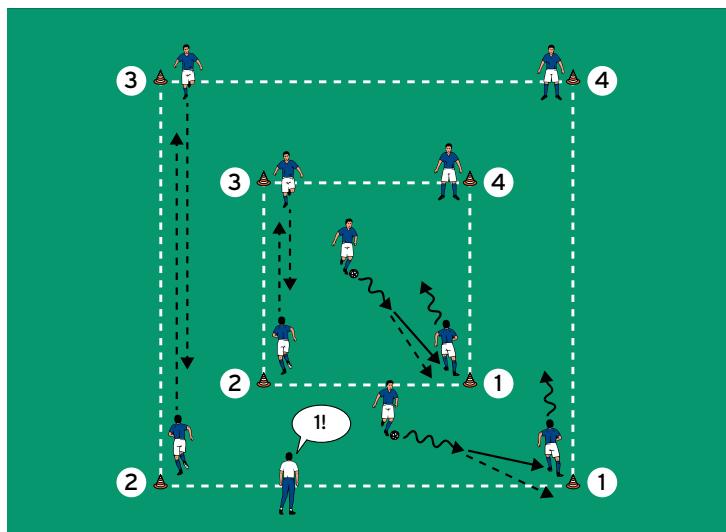


THEMA: WEITERSPIELEN STATT STAUNEN



AUFWÄRMEN 2:

PASS-TEMPO IM DOPPEL-VIERECK

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Innerhalb des Feldes 1 weiteres 10 x 10 Meter großes Quadrat markieren.
- ▶ Die Hütchen jedes Quadrats von 1 bis 4 nummerieren.
- ▶ In jedem Feld 1 Spieler mit Ball postieren.
- ▶ Die anderen Spieler an den Hütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl auf (hier: "1!").
- ▶ Die Ballbesitzer passen zum Spieler am aufgerufenen Hütchen und laufen ihrem Zuspiel nach.
- ▶ Der Passemfänger nimmt den Ball ins Feld an und mit.
- ▶ Die Spieler an den Hütchen auf der anderen Seite tauschen im Sprint die Positionen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Bälle zuwerfen.
- ▶ Die Hütchen mit Farben, Buchstaben oder Bundesligavereinen bezeichnen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Zahlen zunächst langsamer, später immer schneller aufrufen.
- ▶ Nach einigen Durchgängen einen Federwechsel durchführen.