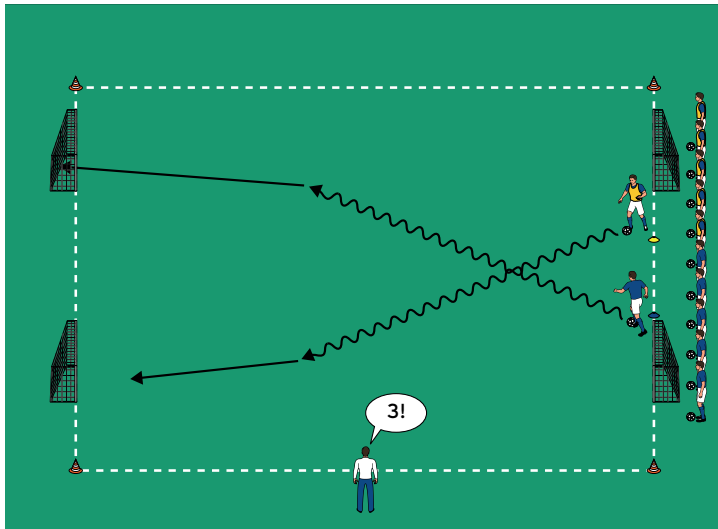


THEMA: IM SPIEL SCHNELL SEIN!



AUFWÄRMEN 1:

MINITOR-SPRINT

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 30 Meter großes Feld mit 4 Minitoren errichten.
- ▶ Auf einer Grundlinie 2 Starthütchen aufstellen.
- ▶ 2 Teams bilden.
- ▶ Die Teams mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl 1 bis 4 auf.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler dribbeln ins Feld.
- ▶ Bei 1 passen die Spieler ins Minitor gerade, bei 3 diagonal gegenüber.
- ▶ Bei 2 und 4 zunächst das Minitor gegenüber umdribbeln und dann ins Minitor neben dem eigenen bzw. anderen Starthütchen passen.
- ▶ Der Spieler, der zuerst trifft, erhält einen Punkt für sein Team.
- ▶ Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Ballkontakte vorgeben.
- ▶ Den Ball im Sprint in der Hand tragen und dann passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls eine Mittellinie markieren, die die Spieler zunächst überdribbeln müssen.
- ▶ Als Trainer den Spielstand nach jedem Durchgang laut ansagen.