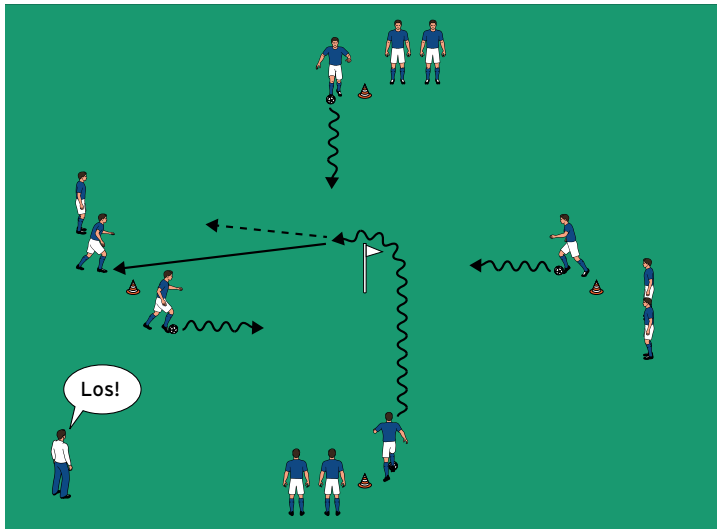


THEMA: DIE WAHRNEHMUNG SCHULEN



**AUFWÄRMEN 2:**

**DRIBBEL-PARCOURS**

**ORGANISATION**

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Im Zentrum zwischen den Positionshütchen 1 Stange aufstellen.
- ▶ Die ersten Spieler an allen Hütchen haben je 1 Ball.

**ABLAUF**

- ▶ Auf ein Trainerkommando starten die jeweils ersten Spieler gleichzeitig ins Dribbling in Richtung Stange.
- ▶ Sie umdribbeln die Stange jeweils von rechts und passen nach links zur nächsten Position weiter.
- ▶ Die Passgeber laufen jeweils ihren Abspielen nach und stellen sich bei der entsprechenden Gruppe wieder an.
- ▶ Die Passempfänger nehmen in die Bewegung an und mit, umdribbeln die Stange usw.

**VARIATIONEN**

- ▶ Die Spielrichtung wechseln: Die Stange von links umdribbeln und nach rechts passen.
- ▶ Beim Lauf zur jeweils nächsten Position verschiedene Aufgaben aus dem Lauf-ABC ausführen (z. B. Anfersen, Skippings usw.).
- ▶ Die Stange mit dem Ball in der Hand umlaufen und per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspelen.

**TIPPS UND KORREKTUREN**

- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler gleichzeitig starten.
- ▶ Auf eine möglichst enge Ballführung achten.
- ▶ Präzise Pässe in den Fuß des Mitspielers fordern.