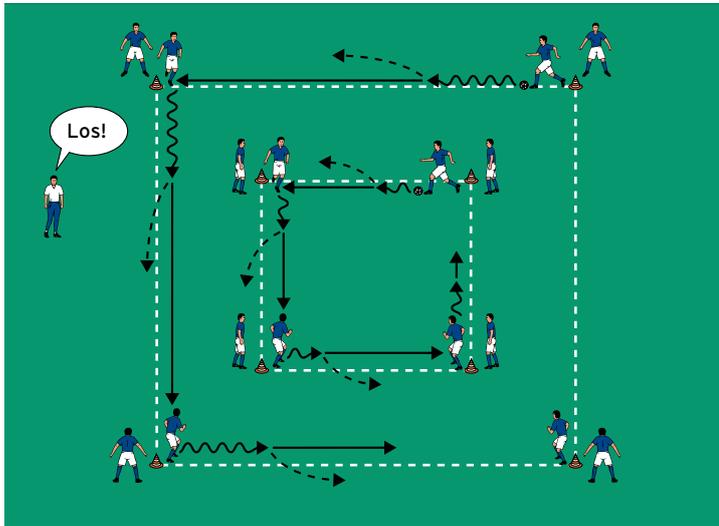


THEMA: DIE BALLKONTROLLE VERBESSERN



AUFWÄRMEN 2:

DOPPEL-VIERECK-WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Teams einteilen.
- ▶ Ein Team an die Hütchen des inneren Feldes, das andere Team an die Hütchen des äußeren Feldes verteilen, wobei jeweils ein Spieler jedes Teams einen Ball hat.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando passen die Spieler in ihrem Feld gegen den Uhrzeigersinn zum Spieler am nächsten Hütchen und laufen dem Ball nach.
- ▶ Der Spieler am nächsten Hütchen nimmt an und mit, passt wieder gegen den Uhrzeigersinn zum Spieler am nächsten Hütchen und läuft seinem Abspiel nach.
- ▶ Wie viele Passspiel-Runden gelingt dem Team im kleinen Feld bis das Team im großen Feld einen kompletten Durchgang absolviert hat?
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel der Teams nach jedem Durchgang.

VARIATIONEN

- ▶ Im Uhrzeigersinn passen.
- ▶ In einem Feld gegen, im anderen Feld im Uhrzeigersinn passen.
- ▶ In beiden Feldern mit zwei Bällen spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Team im großen Feld hat einen kompletten Durchgang absolviert, sobald alle Spieler wieder ihre Ausgangsposition erreicht haben.
- ▶ Jeder Spieler muss mit mindestens zwei Ballkontakten spielen, Direktspiel ist nicht erlaubt.
- ▶ Als Trainer die absolvierten Runden des Teams im kleinen Feld laut mitzählen.