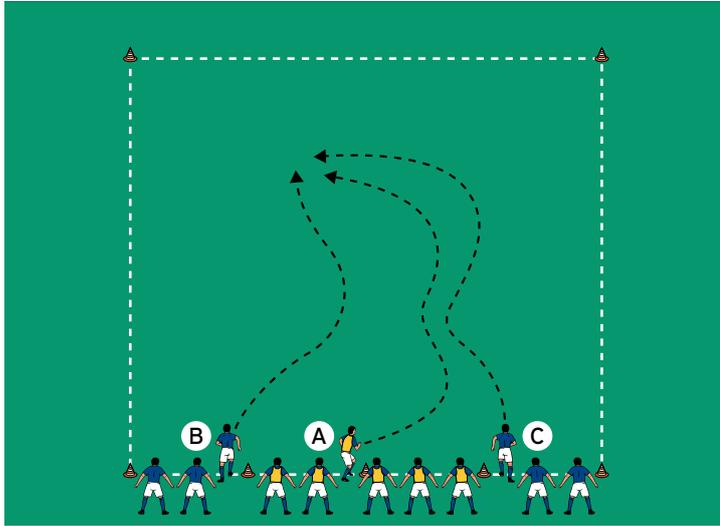


THEMA: ZUSAMMEN VERTEIDIGEN



AUFWÄRMEN 2:

PARTNER FINDEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Das 'Reifen-Kreuz' entfernen
- ▶ Auf einer Seitenlinie 3 Starthütchen errichten
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Ein Team an Position A, das andere Team an Position B und C postieren

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando starten die jeweils ersten Spieler ins Feld.
- ▶ B und C versuchen sich an den Händen zu fassen, bevor A einen von beiden abschlägt.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Aufgaben und Positionen wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler dribbeln, anstatt zu laufen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team schlägt in 6 Durchgängen als Fänger die meisten Spieler ab?
- ▶ Das Trainerkommando per Zuruf oder mit Handzeichen geben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Spieler im Rücken des Fängers soll dem unter Druck stehenden Partner helfen.
- ▶ Das Spiel trainiert die Orientierung, da der Fänger beide Spieler im Blick behalten muss.