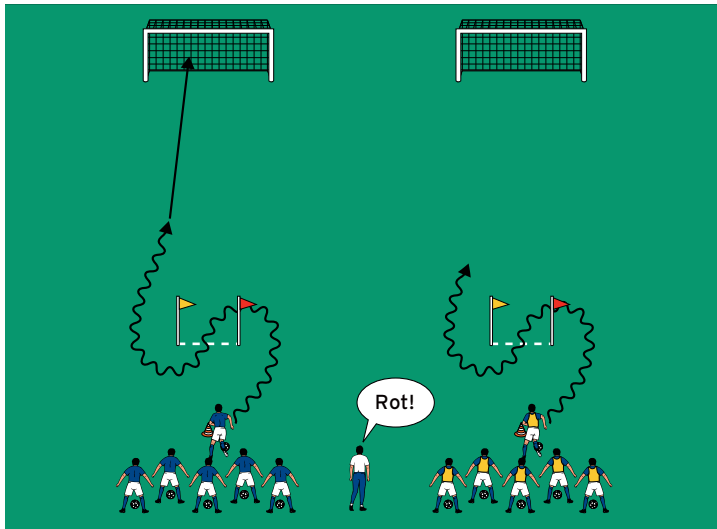


THEMA: SCHNELLIGKEIT IST TRUMPF



AUFWÄRMEN 1:

TEMPODRIBBLING AM STANGENTOR

ORGANISATION

- ▶ 2 Jugendtore nebeneinander aufstellen
- ▶ Vor den Toren jeweils 2 verschiedenfarbige Stangen und 1 Starthütchen gemäß Abbildung errichten
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Teams mit Bällen je an 1 Starthütchen postieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft 1 Stangenfarbe auf.
- ▶ Die ersten Ballbesitzer umdribbeln die Stangen von der Seite der aufgerufenen Farbe und schließen auf die Tore ab.
- ▶ Der Spieler, der zuerst trifft, gewinnt einen Punkt für sein Team.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die aufgerufene Stange vollständig umdribbeln.
- ▶ Die Stangen in Form einer 'Acht' durchdribbeln.
- ▶ Zunächst die nicht aufgerufene Stange umlaufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem Durchgang den neuen Spielstand laut ansagen.
- ▶ Die nächsten Spieler starten lassen, sobald die Vordermänner gepasst haben.
- ▶ Die Stangen eng umdribbeln.