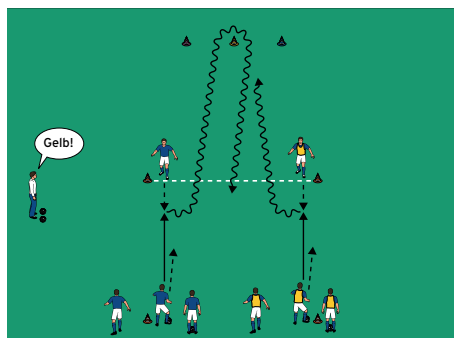
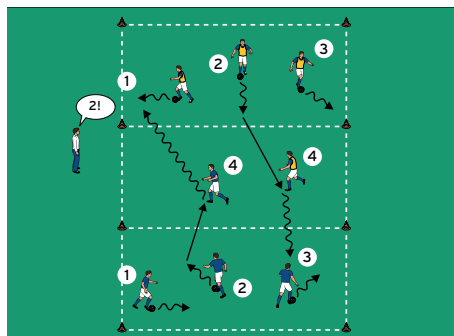


THEMA: DAS PERSÖNLICHE DUELL GEWINNEN



Feld 1



Feld 2

AUFWÄRMEN 2:

AMPEL-DUELL

ORGANISATION

- ▶ Feld 1: Den Grundaufbau beibehalten, jedoch nur 3 verschiedenfarbige Hütchen aufstellen.
- ▶ Feld 2: Das Spielfeld beibehalten.
- ▶ 2 Gruppen bilden und auf die Felder verteilen.

ABLAUF FELD 1

- ▶ 2 Mannschaften bilden und den Starthütchen zuteilen.
- ▶ Der Trainer startet den Wettlauf durch Zuruf einer Farbe: Die Spieler im Feld erhalten ein Zuspiel und umdribbeln das vorgegebene Hütchen. Dann dribbeln sie über die Hütchenlinie.
- ▶ Der Spieler, der zuerst die Hütchenlinie überdribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

ABLAUF FELD 2

- ▶ 2 Teams bilden.
- ▶ Jede Mannschaft stellt 1 Läufer ohne Ball im mittleren Feld.
- ▶ Alle anderen Spieler dribbeln frei im Feld und der Trainer startet durch Zuruf einer Zahl die Aktion.
- ▶ Die aufgerufenen Spieler passen zu ihrem Mitspieler (Läufer) in der Mittelzone.
- ▶ Die Läufer kontrollieren den Ball und müssen nun einen Gegner im 'Dribbelfangen' abschlagen.
- ▶ Wer schlägt zuerst einen Spieler ab?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das vorgegebene Hütchen darf von beiden Seiten umdribbelt werden.
- ▶ Besonderen Wert auf sichere Ballkontrolle und schnelle Drehungen legen.
- ▶ Die Spieler dürfen auch 'taktisch' dribbeln, um dem Gegner den direkten Weg zum Hütchen zu erschweren. Hierzu den Laufweg des Gegners mutig kreuzen.