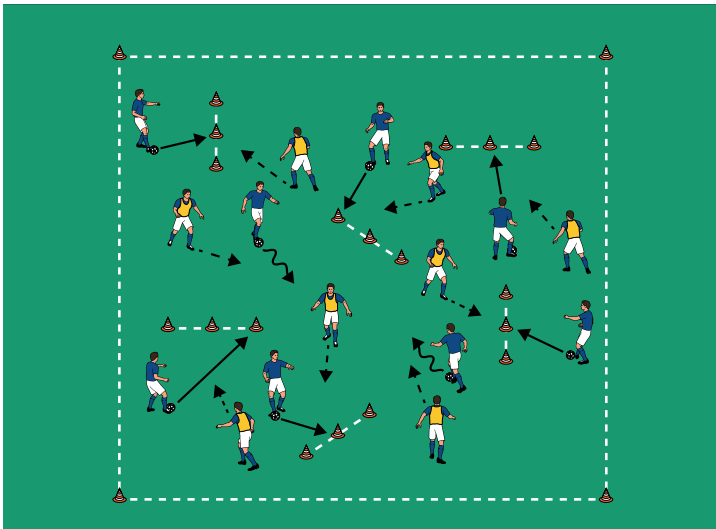


THEMA: GROSSGRUPPENTRAINING LEICHT GEMACHT



AUFWÄRMEN 2:

HÜTCHEN-SCHIESSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten.
- ▶ Die Spieler einer Mannschaft haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln durch das Feld und versuchen, möglichst viele Hütchen umzuschießen.
- ▶ Die Spieler der anderen Mannschaft laufen durch das Feld und stellen die umgeschossenen Hütchen wieder auf.
- ▶ Auszählen nach 2 Minuten: Die Anzahl der liegenden und stehenden Hütchen ergibt das Spielergebnis.
- ▶ Anschließend die Aufgaben wechseln.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt insgesamt die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Ohne Ball spielen: Die Spieler einer Mannschaft werfen die Hütchen mit der Hand um, die anderen Spieler stellen die Hütchen wieder auf.
- ▶ Die Anzahl der Bälle verringern.
- ▶ Die Hütchen dürfen nur mit dem 'schwächeren' Fuß umgeschossen werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Hütchen mit einem Pass möglichst gefühlvoll umschießen, sodass der Ball nicht zu weit verspringt.
- ▶ Die Hütchen dürfen nicht mit dem Fuß umgekippt werden!
- ▶ Als Spieler der Mannschaft ohne Ball stets versuchen, die Passwege zu den Hütchen zu verstellen.