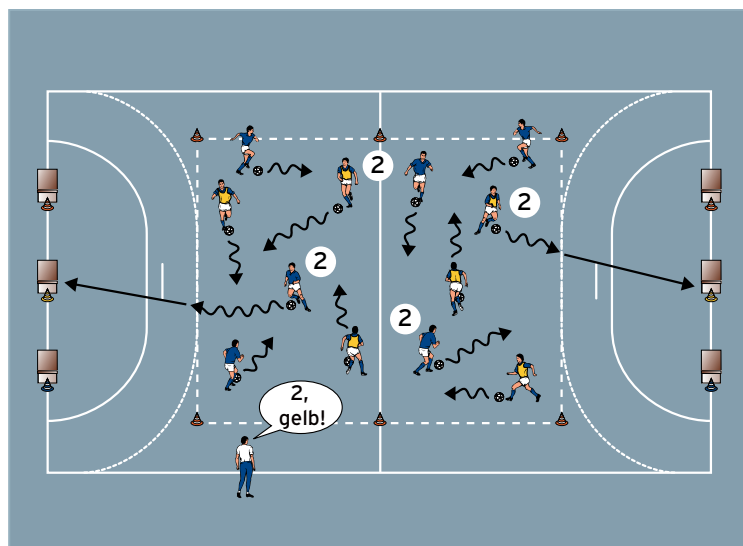


# AUFWÄRMEN 1: Farben-Treffer

von Mario Vossen (26.01.2016)



## Organisation

- Zwei 8 x 12 Meter große Felder markieren
- Vor jedem Feld 3 kleine Kästen aufstellen und mit farbigen Hütchen markieren
- 4 Mannschaften zu je 3 Spielern bilden und die Spieler durchnummerieren
- Die Spieler haben je 1 Ball

## Ablauf

- Die Spieler dribbeln zunächst frei im Feld.
- Der Trainer startet durch Zuruf einer Zahl und einer Farbe die Aktion.
- Die aufgerufenen Spieler dribbeln aus dem Feld und passen gegen den angesagten Kasten.
- Der Spieler, der zuerst gegen den Kasten passt, erhält 1 Punkt für seine Mannschaft.

## Variationen

- Der Trainer gibt die Farbe vor, indem er Gegenstände/Begriffe nennt, so steht z. B. die Sonne für gelb usw.
- Nur mit rechts/links dribbeln und passen.
- Die Spieler mit der jeweils höheren/niedrigeren Zahl als die aufgerufene passen gegen die Kästen.

## Tipps und Korrekturen

- Die Spieler sollen von der Linie des Feldes aus gegen den Kasten passen.
- Darauf achten, dass die Spieler stets in Bewegung bleiben.
- Kleine technische Aufgaben zum Dribbeln vorgeben.