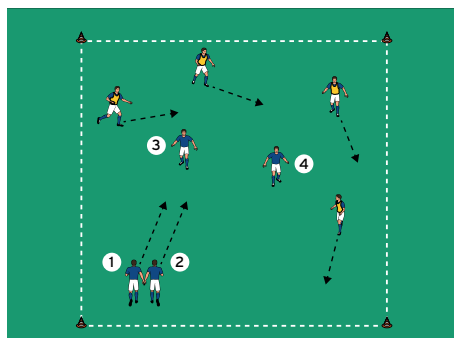
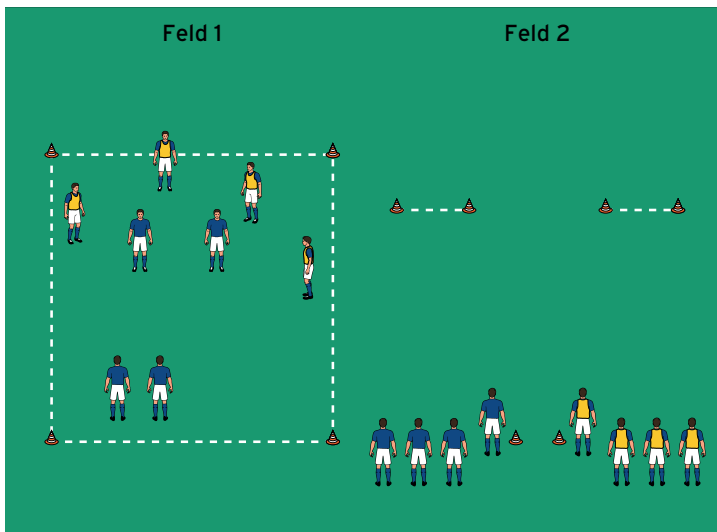
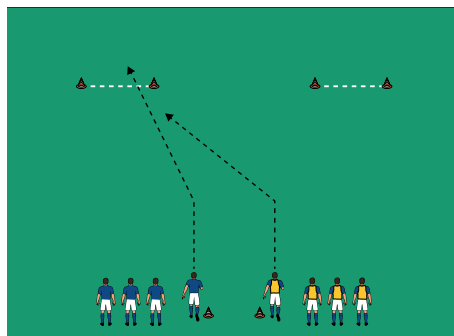


THEMA: VERTEIDIGEN IN ÜBERZAHL



Feld 1



Feld 2

AUFWÄRMEN 2:

FANGPAARE

ORGANISATION

- ▶ Feld 1: Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren.
- ▶ Feld 2: Je 2 Hütchentore und Startpositionen errichten (siehe Abbildung).
- ▶ 2 gleich große Gruppen bilden und den Feldern zuweisen.

ABLAUF FELD 1

- ▶ Fangspiel mit wechselnden Fängern.
- ▶ Die Spieler in 2 Teams einteilen. Das Fängerteam durchnummerieren.
- ▶ Alle Spieler bewegen sich frei im Raum. Auf ein Trainerkommando bilden Spieler 1 und 2 ein Fangpaar und versuchen, einen Läufer abzuschlagen.
- ▶ 2 und 3 bilden das nächste Fangpaar. Die Zeit wird gestoppt wenn das letzte Paar (4 und 1) einen Läufer abgeschlagen hat.
- ▶ Anschließend Aufgabenwechsel: Welches Team ist schneller?

ABLAUF FELD 2

- ▶ Sprintwettbewerb bis zu den Hütchentoren.
- ▶ Die Spieler traben gleichzeitig ins Feld. Plötzlich tritt der jeweils linke Spieler zu einem Hütchentor an, der andere muss schnell reagieren.
- ▶ Der Spieler, der zuerst die Hütchenlinie passiert, gewinnt.
- ▶ Anschließend Positions- und Aufgabenwechsel.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Wird immer der gleiche Spieler abgeschlagen, die Regel einführen, dass ein Spieler nicht 2-mal hintereinander abgeschlagen werden darf.
- ▶ Als Variation dribbeln die Läufer durch das Feld. Die Fänger sollen den Ball aus dem Feld spielen.
- ▶ Die Fänger bilden durch Handfassung ein Paar.