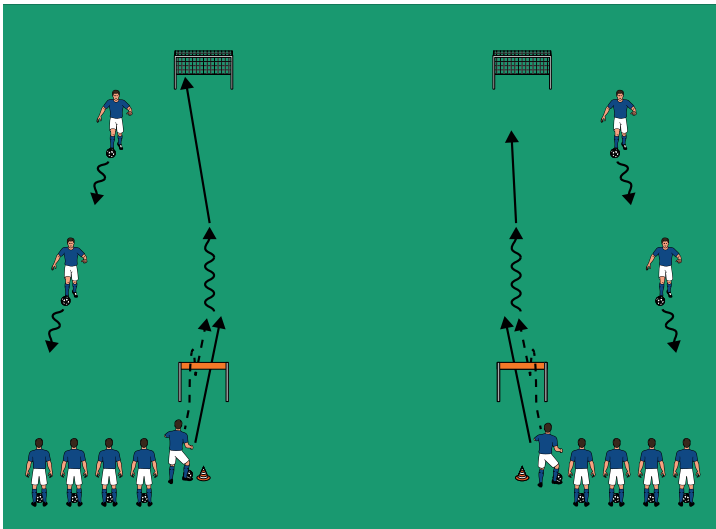


THEMA: DIE GRUNDLAGEN DES PASSSPIELS ERLERNEN



AUFWÄRMEN 2:

HÜRDEN-PASS-WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ 20 Meter hinter jeder Hürde ein Minitor aufstellen.
- ▶ 2 Teams einteilen und jedes Team mit Bällen an einem Starthütchen postieren.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando passen die jeweils ersten Spieler unter der Hürde hindurch, überspringen die Hürde und passen in das Minitor.
- ▶ Der Spieler, der zuerst trifft, gewinnt einen Punkt für sein Team.
- ▶ Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Hürde umlaufen.
- ▶ Die Hürde auf Trainerzuruf nach dem Pass außen oder innen umlaufen.
- ▶ Die Hürde ohne Ball überspringen und zum Trainer als Abschlagposten sprinten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Falls keine Minitore vorhanden sind, lassen sich auch Stangen- oder Hütchentore nutzen.
- ▶ Beim Überspringen der Hürde immer neben den Ball springen, um Verletzungen zu vermeiden.
- ▶ Treffer beim Minitor zählen nur, wenn die Hürde korrekt durchspielt wird.
- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer jeweils laut mitzählen.