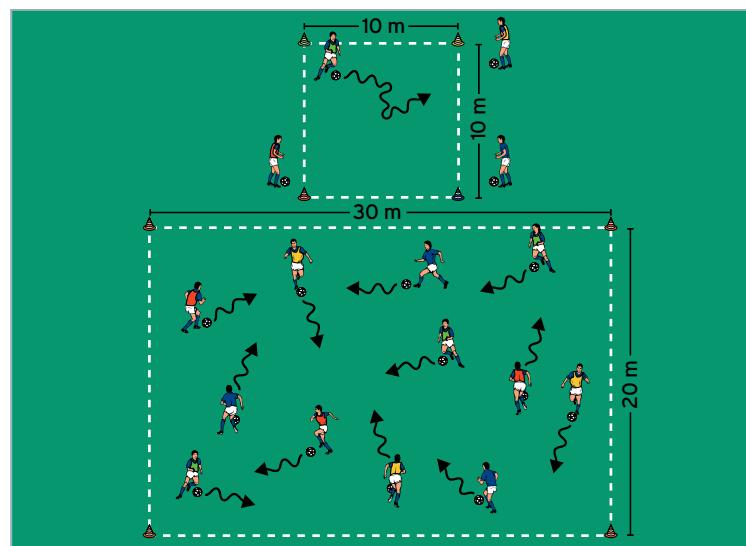


AUFWÄRMEN 1: Show-Feld

von Marcus Sorg (16.06.2015)



Organisation

- Mit Hütchen ein 20 x 30 Meter großes und ein 10 x 10 Meter großes Feld markieren
- 4 verschiedenfarbige Gruppen zu je 4 Spielern bilden
- Jeder Spieler hat 1 Ball

Ablauf

- Jede Gruppe stellt 1 Spieler im kleinen Feld.
- Die anderen dribbeln frei im großen Feld.
- Nacheinander dribbeln die Spieler im kleinen Feld von den Eckhütchen in die Mitte und führen eine klar zu erkennende Finte aus.
- Die Mitspieler im großen Feld müssen nun so lange die Finte ausführen, bis eine neue Finte vorgemacht wird.
- Nach einem kompletten Durchlauf die Spieler im kleinen Feld austauschen.

Variationen

- Im kleinen Feld jeweils nur 1 Finte ausführen, die jedoch mehrfach wiederholt wird.
- Eine komplette Gruppe besetzt das kleine Feld und macht die Finten vor.

Tipps und Korrekturen

- Die Spieler sollten Finten wählen, die von möglichst vielen Spielern der Gruppe ausgeführt werden können.
- Beim Vormachen sollten die Spieler die Finten bewusst 'übertrieben' ausführen, damit sie klar erkennbar sind.
- Jeder Spieler sollte einmal im sogenannten 'Show-Feld' aktiv sein.
- Darauf achten, dass die Finten korrekt nachgemacht werden.