

Pass and go 2

Material:

Acht Hütchen, vier Bälle

Organisation/Ablauf:

An jeder Ecke eines mit Hütchen abgesteckten Rechtecks steht eine Person. Hinter dieser aufgereiht stehen die weiteren Gruppenmitglieder. Gegenüber, in etwa drei Metern Entfernung, steht eine Anspielerin bzw. ein Anspieler. Die anspielende Person bleibt immer an demselben Hütchen stehen und passt den Ball mit der Wurfhand zu den wartenden Personen. Diese passen den Ball jeweils mit ihrer Wurfhand zurück und stellen sich bei der Nachbargruppe hinten an. Diese Gruppe passt ebenso zu ihrem Anspieler bzw. ihrer Anspielerin und stellt sich wiederum bei der Nachbargruppe an (Bild 1). Der Anspieler bzw. die Anspielerin sollte regelmäßig getauscht werden. Bei der Übung soll im „Pass and go“-Format die Anspielbereitschaft und der Blickkontakt geübt werden.



Variationen:

- Alle passen mit der schwachen Hand (nicht Wurfhand)
- Alle passen mit zwei Händen über Kopf
- Alle spielen Bodenpässe
- Gruppe passt und wechselt, wie beim Rundlauf, immer eine Nachbargruppe weiter

Hinweis:

Im Video und auf dem Foto sind lediglich die Hälfte der Personen bzw. des Spielfeldes zu sehen.