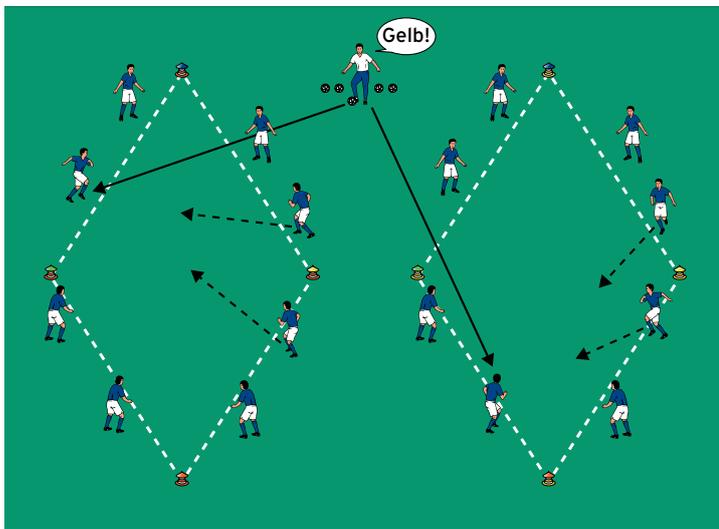


C-JUNIoren



AUFWÄRMEN 2:

RAUTEN-SPIEL

von Christian Wück (04.04.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Auf jedes Hütchen jeder Raute ein verschiedenfarbiges kleines Hütchen legen
- ▶ Der Trainer postiert sich mit Bällen mittig zwischen den Rauten
- ▶ Die Spieler auf den Linien verteilen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Farbe auf und startet so die Aktion.
- ▶ Die beiden Spieler vom aufgerufenen Hütchen laufen jeweils als Verteidiger in die Felder.
- ▶ Anschließend passt der Trainer zum 6 gegen 2 in beide Felder.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, 10 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen (= 1 Punkt).
- ▶ Erobern die Verteidiger, spielen sie zum Trainer zurück, und alle Spieler besetzen wieder die vorgegebenen Positionen.

VARIATIONEN

- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Sobald der Trainer einspielt, können sich die Spieler frei innerhalb der Raute bewegen.
- ▶ Gegebenenfalls die Rauten vergrößern und so das Spiel auf Ballhalten vereinfachen.
- ▶ Die Spieler sollen sich immer wieder an den gleichen Hütchen anstellen, so dass jeder Spieler genauso oft als Verteidiger agiert.