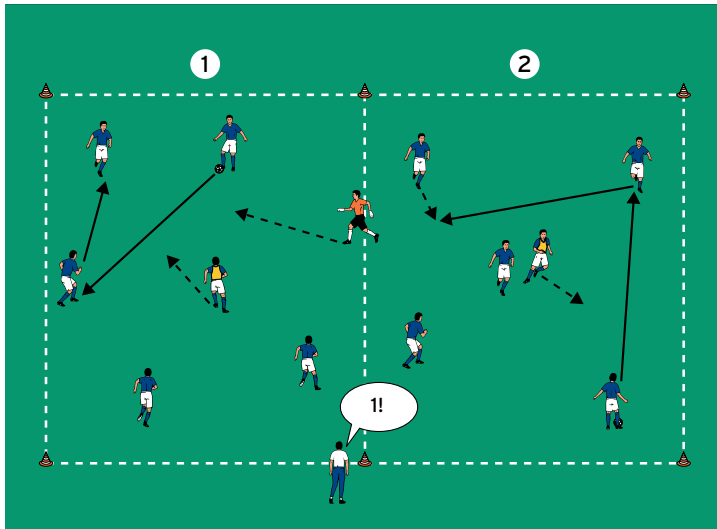


THEMA: VORWÄRTS VERTEIDIGEN TROTZ UNTERZAHL



AUFWÄRMEN 2:

5 GEGEN 1 PLUS 1

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ 2 Störspieler und 1 Torhüter benennen.
- ▶ Die beiden Felder nummerieren.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen sich zunächst frei in der Gruppe zu.
- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die Spieler möglichst viele Pässe im 5 gegen 1 im Feld spielen.
- ▶ Der Torhüter kann zudem als zweiter Störspieler ins Feld nachstarten.
- ▶ Welcher Gruppe gelangen die meisten Pässe?

VARIATIONEN

- ▶ Der Torhüter kann die Pässe auch mit der Hand abwehren.
- ▶ Die Passaktion startet in beiden Feldern.
- ▶ Der Torhüter startet jedoch nur ins angesagte Feld.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Störspieler nach jeder Aktion wechseln.
- ▶ Nach dem Kommando des Trainers müssen die Spieler schnell reagieren und dabei den Laufweg des nachstartenden Torhüters beachten.