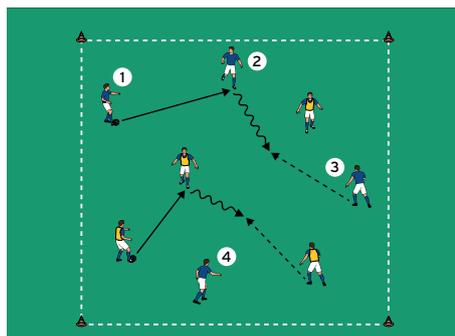
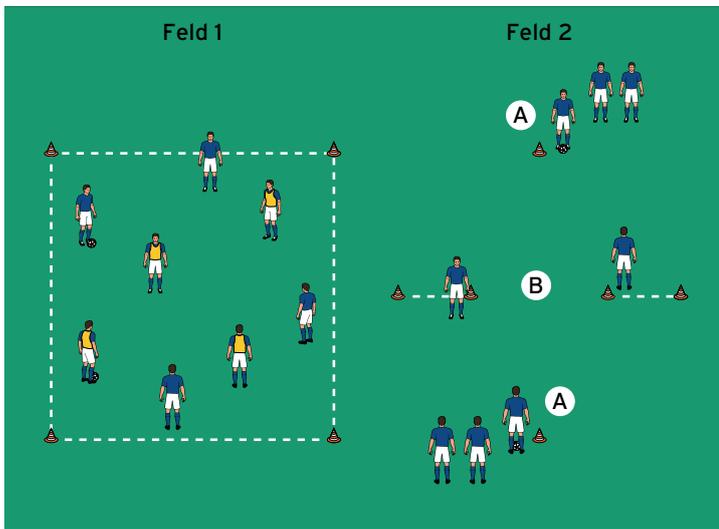
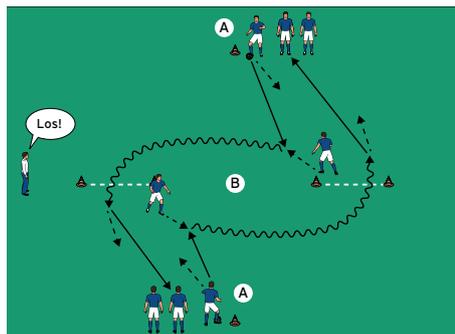


THEMA: VERTEIDIGEN IN ÜBERZAHL



Feld 1



Feld 2

AUFWÄRMEN 1:

PASSEN UND DRIBBELN

ORGANISATION

- ▶ Feld 1: Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren.
- ▶ Feld 2: Je 2 Hütchentore und Startpositionen errichten (siehe Abbildung).
- ▶ 2 gleich große Gruppen bilden und den Feldern zuweisen.

ABLAUF FELD 1

- ▶ Die Spieler in 2 Gruppen aufteilen und jeweils durchnummerieren.
- ▶ Die Spieler spielen sich den Ball der Reihe nach zu. Dabei muss der Ball abwechselnd gepasst und im Dribbling übergeben werden.
- ▶ Spieler 1 startet die Aktion mit einem Pass.

ABLAUF FELD 2

- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen.
- ▶ Auf ein Trainerkommando passen die beiden Anspieler an den Starthütchen (A) zu ihren Mitspielern (B) und laufen ihrem Pass nach.
- ▶ B geht dem Zuspiel entgegen, nimmt es durch das Hütchentor zur anderen Seite mit und passt zum nächsten Spieler am Starthütchen.
- ▶ Der setzt die Passfolge wie beschrieben fort.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In Feld 1 müssen sich die Spieler schnell orientieren, um den Ball sofort weiterzuleiten.
- ▶ Die Ballkontakte für die Passgeber zunächst nicht beschränken. Erst nach einigen Minuten Ballkontakte vorgeben.
- ▶ Anschließend die Gruppen neu durchnummerieren.