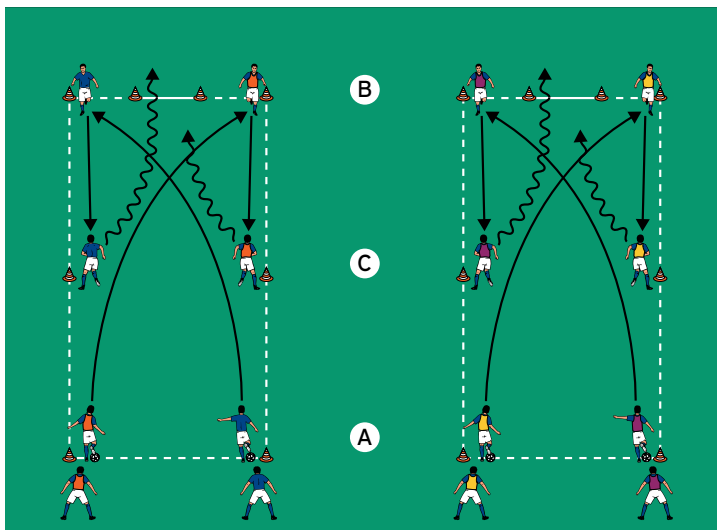


## THEMA: DIE AN- UND MITNAHME IN SPIELFORMEN TRAINIEREN



### AUFWÄRMEN 2:

#### SCHNELLE BALLABLAGGE

##### ORGANISATION

- ▶ Die Gruppen beibehalten
- ▶ 2 Felder mit je 1 Hütchenlinie markieren
- ▶ Je 2 Gruppen pro Feld
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen
- ▶ Die Spieler auf der Grundlinie gegenüber von der Hütchenlinie haben je 1 Ball

##### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando spielen die Startspieler A einen Flugball auf B.
- ▶ B nimmt kurz an und legt auf C ab.
- ▶ C dribbelt abschließend über die Hütchenlinie.
- ▶ Der Spieler, der die Hütchenlinie zuerst überdribbelt, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken alle Spieler jeweils eine Position weiter.

##### VARIATIONEN

- ▶ C muss eine Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ A muss den Flugball aus dem Dribbling spielen.
- ▶ Nach 2 kompletten Durchgängen die Duelle wechseln.
- ▶ Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ B muss das Zuspiel möglichst schnell am Boden kontrollieren, um den Ball erneut spielfähig zu machen.
- ▶ Die Ballkontrolle ist somit häufig die entscheidende Aktion in diesem Wettbewerb.