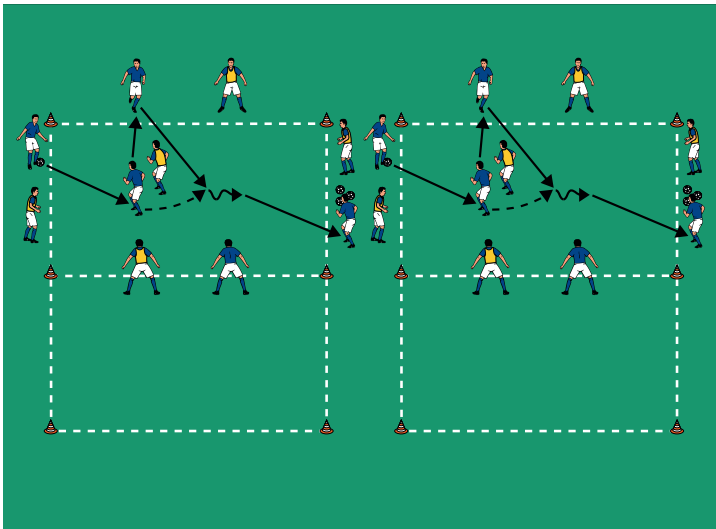


A-JUNIoren



AUFWÄRMEN 1:

1 GEGEN 1 MIT ANSPIELERN

von Sven Hübscher (18.04.2017)

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder nebeneinander markieren
- ▶ Jeweils nur eine Spielfeldhälfte nutzen
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Spieler jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Jeweils 1 Spieler pro Team in den Feldern aufstellen
- ▶ Alle übrigen Spieler agieren als Anspieler an den Seitenlinien

ABLAUF

- ▶ 1 gegen 1 im Feld.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, jeweils im Zusammenspiel mit den eigenen Anspielern von einer Seite zur anderen zu kombinieren (= 1 Punkt).
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, erfolgt sofort ein Aufgabenwechsel.
- ▶ Die Spieler im Feld nach jeweils 30 Sekunden wechseln.
- ▶ Welches Team gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Die Außenspieler dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die Außenspieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Außenspieler müssen im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Anspieler dürfen sich untereinander nicht attackieren.
- ▶ Der Wechsel der Spieler im Feld soll nach maximal 30 Sekunden fliegend erfolgen.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.