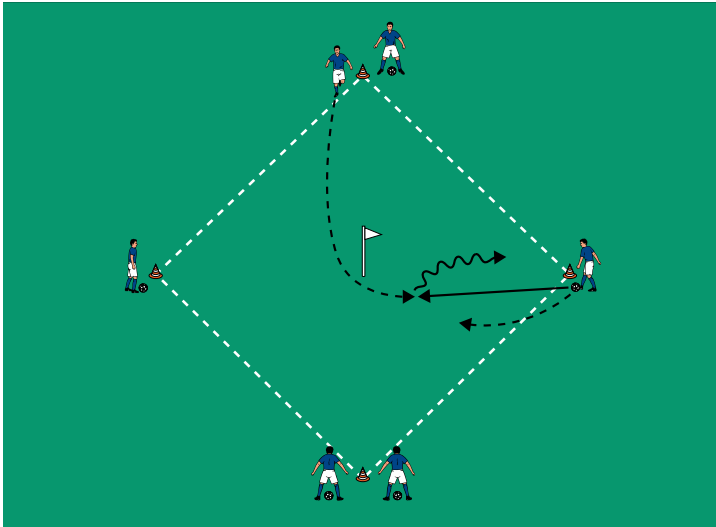


THEMA: DIE AN- UND MITNAHME VERBESSERN



AUFWÄRMEN 1:

BALLKONTROLL-RUNDLAUF

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ Mittig eine Stange errichten
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Bis auf 1 Spieler haben alle Spieler 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Der Spieler ohne Ball umläuft die Stange von rechts, fordert ein Zuspiel vom Spieler am linken Hütchen und nimmt dorthin an und mit.
- ▶ Der Passgeber startet ins Feld, umläuft die Stange usw.

VARIATIONEN

- ▶ Die Stange von links umlaufen.
- ▶ Das Zuspiel seitlich mitnehmen.
- ▶ Das Zuspiel nach hinten mitnehmen.
- ▶ Zwei Spieler starten ohne Ball ins Feld.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Zuspiel mit Blickkontakt und Zuruf fordern.
- ▶ Mit möglichst wenigen Kontakten dribbeln.
- ▶ Auf ein sauberes Passspiel achten.