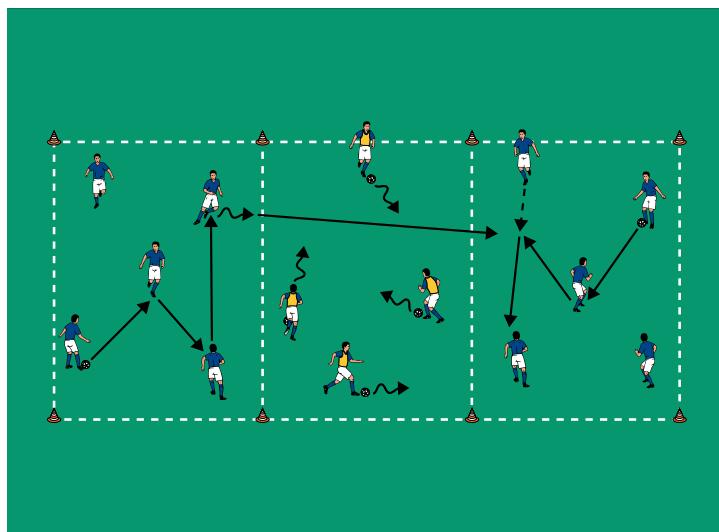


THEMA: DAS UMSCHALTSPIEL FÖRDERN



AUFWÄRMEN 1: STÖR-QUADRAT

ORGANISATION

- 3 aneinanderliegende Felder markieren
- 3 Gruppen bilden und je 1 Feld zuteilen
- Die Gruppe im mittleren Feld hat Bälle
- Die äußeren Gruppen haben je 1 Ball

ABLAUF

- Die Spieler im mittleren Feld dribbeln frei umher.
- Die Spieler in den äußeren Feldern passen sich innerhalb der Gruppe zu.
- Nach 3 Pässen spielen sie durch das mittlere Feld zur anderen Gruppe.
- Nach 2 Minuten die Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- Die Spieler im mittleren Feld bauen ausgewählte Finten (z. B. Übersteiger) in ihr Dribbling ein.
- Die Anzahl der Pässe erhöhen.
- Alle Pass-Spieler müssen den Ball berühren, bevor sie ins andere Feld spielen dürfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Die Spieler, die nicht in das Passspiel einbezogen worden sind, fordern das Zuspiel aus dem anderen Feld.
- Die Spieler im mittleren Feld konzentrieren sich ausschließlich ihren eigenen Ball.