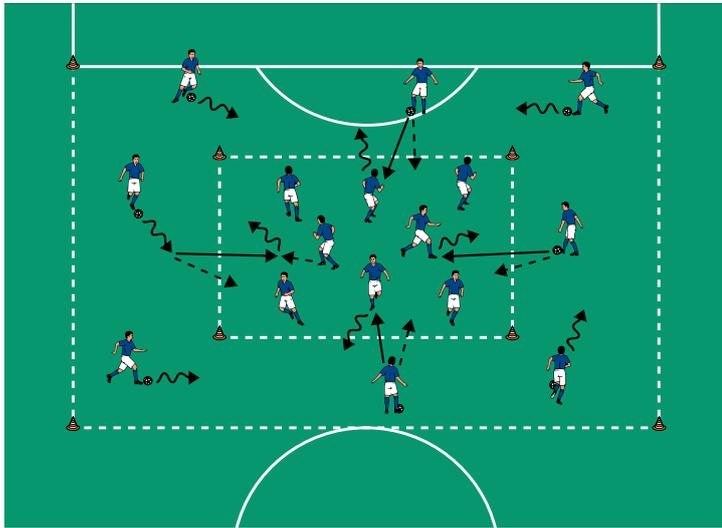


THEMA: DIE ELEMENTE DES ZUSAMMENSPIELS VERBESSERN



AUFWÄRMEN 1:

PASSEN UND MITNEHMEN

ORGANISATION

- ▶ Zwischen Strafraum und Mittelkreis ein Feld errichten.
- ▶ In der Mitte des Feldes eine innere Zone markieren.
- ▶ 2 Gruppen einteilen und den Zonen zuweisen.
- ▶ Die Spieler in der äußeren Zone haben je 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler im großen Feld suchen sich einen Mitspieler in der inneren Zone und passen diesem zu.
- ▶ Die Passempfänger nehmen nach außen an und mit und tauschen mit den Passgebern die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Anschließend suchen sich die neuen Außenspieler ebenfalls einen freien Spieler in der Innenzone usw.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler im Zentrum starten mit Ball, passen nach außen und tauschen mit den jeweiligen Passempfängern die Positionen und Aufgaben.
- ▶ 10 Spieler dribbeln im Zentrum, außen sind 6 Spieler anspielbereit.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Vor dem Zuspiel Blickkontakt einfordern.
- ▶ Präzise Pässe in den Fuß der Mitspieler spielen.
- ▶ Die Zuspiele jeweils nach vorne in die Bewegung an- und mitnehmen.
- ▶ Mit der Ballkontrolle das Tempo steigern und explosiv nach außen dribbeln.
- ▶ Als Passgeber sofort ins Zentrum starten ("Spiel und geh!") und sich dort wieder anbieten.