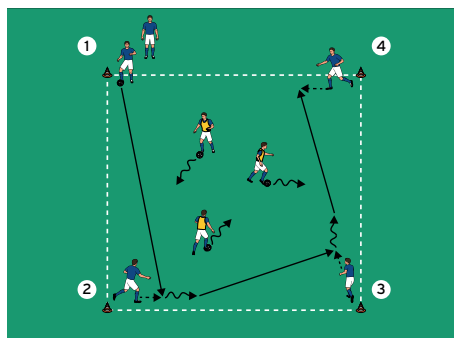
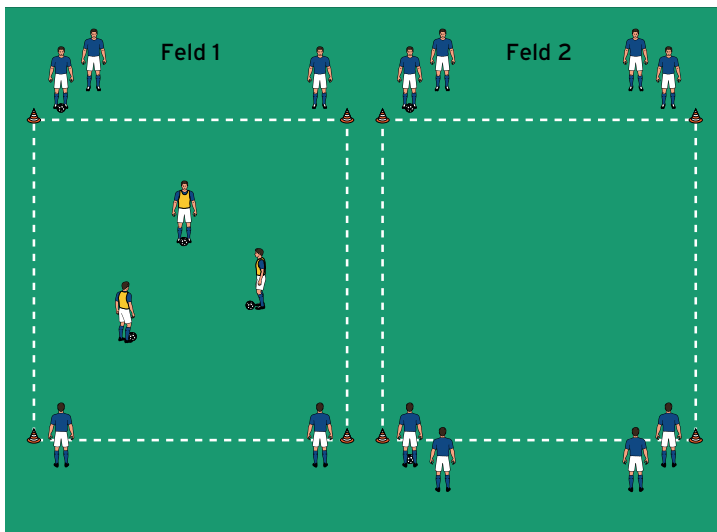
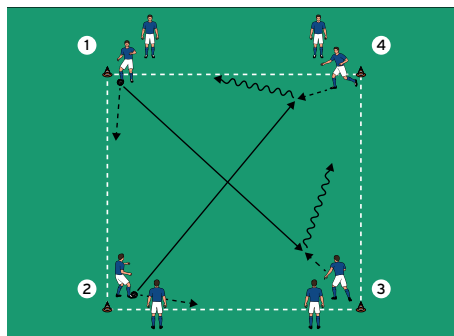


## THEMA: DIE GRUNDLAGEN DES ZUSAMMENSPIELS



Feld 1



Feld 2

### AUFWÄRMEN 1

## PASS-SPIEL MIT HINDERNISSEN

### ORGANISATION

- ▶ 2 Hütchenquadrate errichten.
- ▶ 2 gleich große Gruppen bilden und den Feldern zuweisen.
- ▶ Ausreichend Bälle bereitlegen.

### ABLAUF FELD 1

- ▶ 5 Spieler verteilen sich an den Eckhütchen, 3 Spieler dribbeln frei im Raum.
- ▶ Spieler 1 passt zum entgegenkommenden 2, der den Ball kontrolliert und nach einem kurzen Dribbling zu 3 spielt.
- ▶ Die Spieler passen sich weiter in der numerischen Reihenfolge zu und rücken jeweils 1 Position weiter.
- ▶ Die Spieler im Feld regelmäßig austauschen.

### ABLAUF FELD 2

- ▶ Die Spieler verteilen sich gleichmäßig auf alle 4 Ecken.
- ▶ Die Spieler 1 und 2 haben jeweils 1 Ball und passen jeweils zu den diagonal gegenüberstehenden Spielern, die das Zuspiel kontrollieren und zur nächsten Position dribbeln.
- ▶ Spieler 1 und 2 rücken ebenfalls 1 Position weiter.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In Feld 1 wird bewusst eine Kombination aus Passspiel und Dribbling gewählt, sodass die Spieler zu Beginn der Trainingseinheit ausreichend in Bewegung sind.
- ▶ Den Spielern im Feld keine Dribbelvorgaben geben.
- ▶ Bei den Passübungen dem Ball entgegenkommen und die spieloffene Stellung einnehmen.
- ▶ Möglichst auf den inneren Fuß (ins Hütchenquadrat hinein) passen.
- ▶ Nach einigen Durchgängen Felderwechsel.