

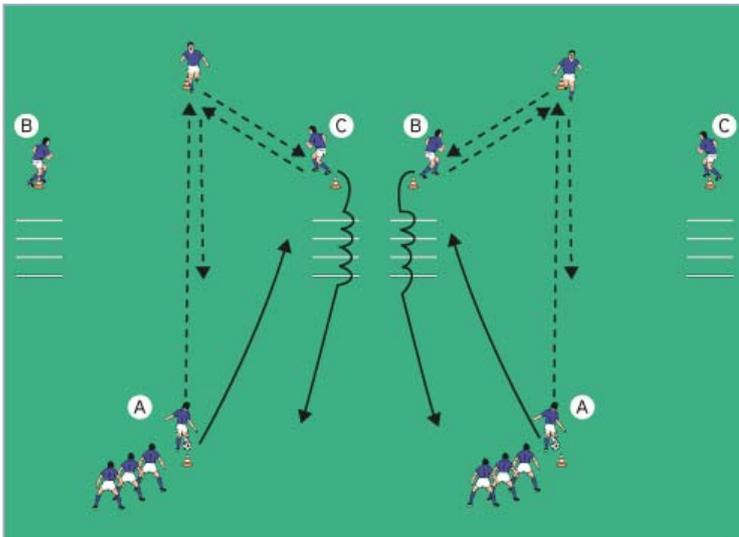


D- UND C-JUNIOREN

AUFWÄRMEN 2:

Pass-Koordinations-Staffel

von Stefan Böger (26.04.2011)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Die Positionshütchen mit je 1 Spieler besetzen
- Alle übrigen Spieler postieren sich mit je 1 Ball an den Starthütchen

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando passt A jeweils zum Anspieler.
- Dieser lässt auf B oder C prallen.
- Der Passempfänger lässt auf den Anspieler zurückprallen, durchläuft den Stangenparcours und stellt sich am Starthütchen wieder an.
- Gleichzeitig wechselt A auf die freigewordene Position und der Anspieler passt zurück zur Startposition.
- Der nächste Spieler A startet, sobald B bzw. C das Starthütchen erreicht haben usw.

Variationen

- Jeweils mit einer vorgegebenen Anzahl an Kontakten agieren.
- A gibt durch sein 'Freilaufen' nach dem Abspiel vor, ob der Anspieler zu B oder auf C passen muss.
- Einen Staffelwettbewerb durchführen: Welche Mannschaft steht zuerst wieder in ihrer Ausgangsposition?

Tipps und Korrekturen

- Auf ein präzises Passspiel achten.
- Die Anspieler regelmäßig wechseln.

INTEGRATION

Fußball ist die Sportart Nr.1. Dies gilt insbesondere auch für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund. Ziel muss es sein, durch Respekt und Anerkennung eine hohe Identifikation und ein positives Mannschafts- und Vereinsklima für alle zu schaffen. Hierzu bietet der DFB einfache Tipps unter www.training-wissen.dfb.de.