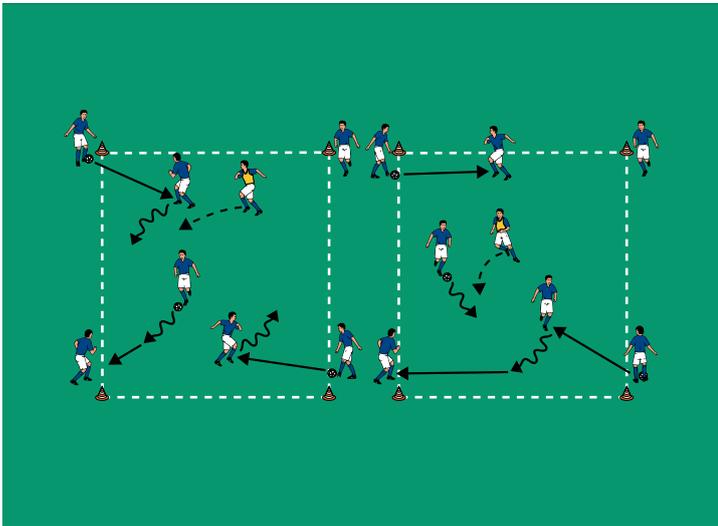


E-JUNIOREN



AUFWÄRMEN 2:

BALLKONTROLL-FELDER II

von Jörg Daniel (07.03.2017)

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau aus Aufwärmern 1 beibehalten
- ▶ In jedem Feld 1 Verteidiger bestimmen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler ohne Ball bewegen sich frei im Feld und fordern Zuspiele von den Spielern an den Hütchen.
- ▶ Den zugespielten Ball nehmen die Spieler ins Feld an und mit und passen zu einem Spieler an einem anderen Hütchen zurück.
- ▶ Der Verteidiger versucht die zugespielten Bälle abzufangen oder beim Dribbling zu erobern.
- ▶ Der Spieler, der den Ball verliert, wird neuer Verteidiger.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel mit den Außenspielern nach jeweils 2 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Die Bälle aus der Hand hoch zuwerfen bzw. mit dem Fuß hoch zuspielen.
- ▶ 2 Zuspieler passen flach, die anderen beiden werfen hoch zu.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball bei der An- und Mitnahme mit dem Körper gegen den Verteidiger abschirmen ('Körper zwischen Ball und Gegner').
- ▶ Nach der Annahme sofort den Blick vom Ball lösen, orientieren und den Mitspielern im Feld ausweichen.
- ▶ Die Zuspiele durch Zuruf und Blickkontakt fordern. Dem Ball entgegenstarten.
- ▶ Der Verteidiger hat zur besseren Kenntlichmachung jeweils 1 Leibchen in der Hand, das er bei einem Rollenwechsel an einen Mitspieler übergibt.