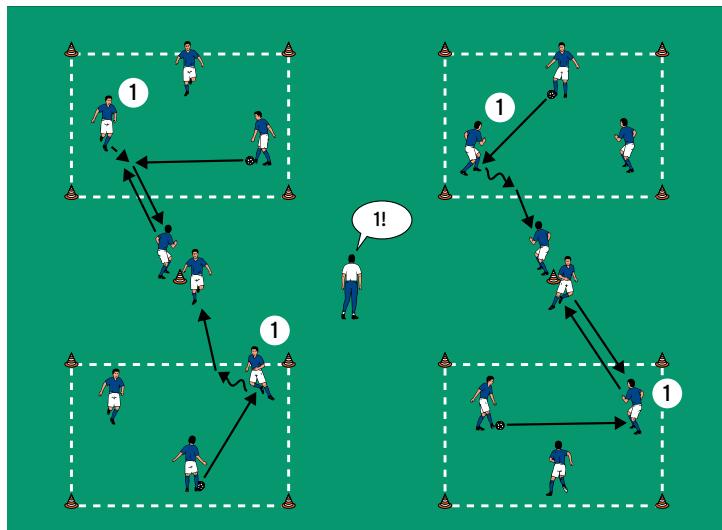


THEMA: DAS UMSCHALTSPIEL TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 1:

FELDERKOMBINATION

ORGANISATION

- ▶ Mit Hütchen 4 Felder errichten
- ▶ Zwischen jeweils 2 Feldern 1 weiteres Hütchen aufstellen
- ▶ 4 Gruppen bilden und die Spieler in jeder Gruppe nummerieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer bestimmt von jeder Gruppe einen Spieler, der sich am Hütchen zwischen den Feldern postiert.
- ▶ Die Spieler passen sich frei in der Gruppe zu.
- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl, worauf die Spieler zum aufgerufenen Spieler passen, der dann einen Doppelpass mit dem Mitspieler am Hütchen außerhalb des Feldes spielt.

VARIATIONEN

- ▶ Mit maximal 2 Kontakten spielen.
- ▶ Nach dem Trainerkommando muss jeder Spieler noch einmal am Ball sein.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler an den Hütchen nach 3 Durchgängen tauschen.
- ▶ Die Spieler bewegen sich beim freien Passspiel im Feld.