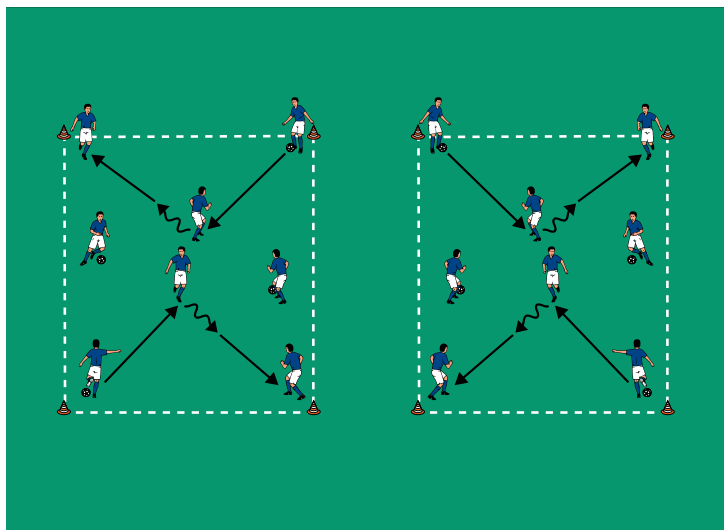


THEMA: BEIDFÜSSIGES AN- UND MITNEHMEN FLACHER UND HOHER ZUSPIELE



AUFWÄRMEN 2:

BALLAN-/-MITNAHME IM FELD II

ORGANISATION

- ▶ Zwei 10 x 10 Meter große Felder nebeneinander markieren
- ▶ An jedem Eckhütchen 1 Spieler mit Ball postieren
- ▶ Alle anderen Spieler gleichmäßig in den Feldern verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler im Feld fordern Zuspiele von den Passgebern an den Eckhütchen.
- ▶ Diese nehmen sie an und mit und passen zu einem Passgeber ohne Ball an einem anderen Hütchen.
- ▶ Nach jeweils 1 Minute die Positionen und Aufgaben tauschen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Zuspieler an den Eckhütchen halten die Bälle in den Händen und werfen/spielen volley hoch zu.
- ▶ 2 Zuspieler an den Eckhütchen passen flach, die beiden anderen werfen/spielen volley hoch zu.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls je nach Leistungsstärke 2 Gruppen bilden und in den Feldern verteilen.
- ▶ Die Passschärfe dem Können der Passempfänger anpassen.
- ▶ Als Trainer gezielt die schwächeren Spieler coachen.
- ▶ Darauf achten, dass die Spieler im Feld dauerhaft in Bewegung sind und die Zuspieler stets aktionsbereit auf den Fußballen agieren.
- ▶ Den Zuspielen nach (Namens-)Zuruf und Blickkontakt entgegenstarten.
- ▶ Die Zuspiele innerhalb des Feldes kontrollieren. Dabei den Blick vom Ball lösen, um Zusammenstöße zu vermeiden. Möglichst keinen Ball aus dem Feld springen lassen.
- ▶ Jede Ballan- und -mitnahme mit einem Schulterblick verbinden, um auch den Raum im eigenen Rücken zu überblicken.