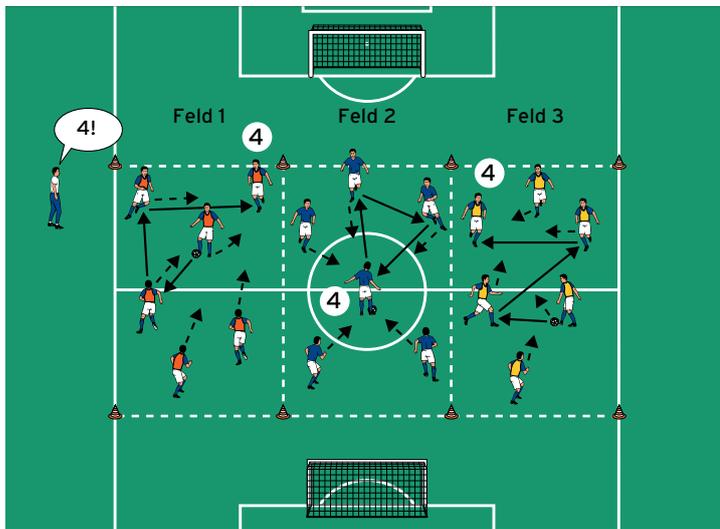


THEMA: MITTELFELDPRESSING



AUFWÄRMEN 1:

SPIELER UMZINGELN

ORGANISATION

- ▶ Auf Höhe der Mittellinie nebeneinander drei 30 x 20 Meter große Felder (Feld 1, Feld 2 und Feld 3) markieren
- ▶ Die Spieler gleichmäßig den Feldern zuweisen und jeweils von 1 bis 6 durchnummerieren
- ▶ Je Feld 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen sich in den Feldern frei zu.
- ▶ Der Trainer bestimmt durch Aufruf einer Zahl von 1 bis 6 je 1 Spieler.
- ▶ Der jeweilige Ballbesitzer spielt den aufgerufenen Spieler an.
- ▶ Anschließend müssen die anderen Spieler den Passempfänger schnellstmöglich umzingeln.
- ▶ In welchem Feld ist der aufgerufene Spieler zuerst von den Mitspielern umzingelt? Die schnellste Mannschaft bekommt einen Punkt.
- ▶ Welche Mannschaft hat zuerst 5 Punkte erzielt?

VARIATIONEN

- ▶ Das Spielbein vorgeben: Pässe nur mit links/rechts spielen.
- ▶ Mit mindestens/höchstens/genau 2 Kontakten spielen.
- ▶ Jeder Spieler muss nach einem Pass eine der Außenlinien des Feldes mit dem Fuß berühren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Präzise in den Fuß des Mitspielers passen.
- ▶ Auf Beidfüßigkeit achten.
- ▶ Der aufgerufene Spieler muss sich deutlich zu erkennen geben, indem er das Anspiel aktiv durch Entgegenstarten fordert.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereitlegen.