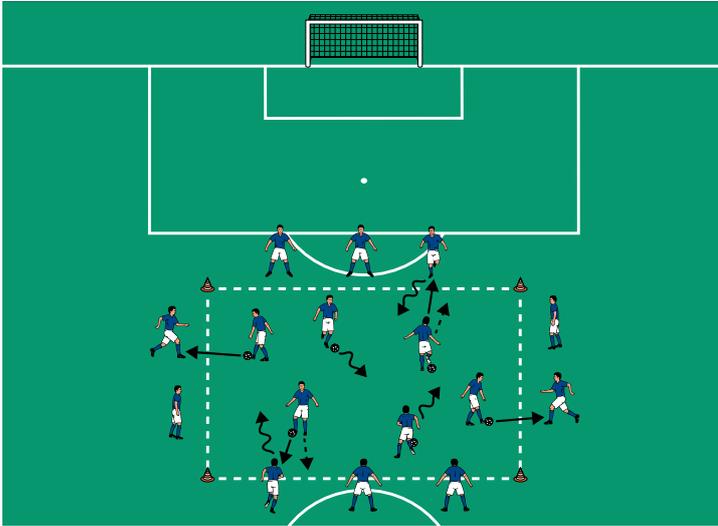


THEMA: POSITIONSSPEZIFISCHE AUFGABEN ABSTIMMEN



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBELN UND PASSEN MIT AUFGABENWECHSEL

ORGANISATION

- ▶ Ein Feld markieren
- ▶ 10 Spieler an den Linien postieren
- ▶ Alle übrigen Spieler stellen sich mit je 1 Ball im Feld auf

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln im Feld umher und suchen sich jeweils einen freien Spieler an einer Seitenlinie.
- ▶ Diesem passen sie zu.
- ▶ Die Passempfänger dribbeln ins Feld und tauschen mit den Passgebern die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Anschließend suchen sich die neuen Ballbesitzer ebenfalls freie Außenspieler usw.

VARIATIONEN

- ▶ Der Außenspieler lässt das Zuspiel noch einmal prallen und erhält dann einen erneuten Pass, den er ins Feld an- und mitnimmt.
- ▶ Ohne Aufgabenwechsel spielen: Die Spieler im Feld spielen Doppelpässe mit den Außenspielern und suchen sich dann jeweils neue Spieler.
- ▶ Die Ballbesitzer haben maximal 3 Kontakte, um zum jeweils nächsten Außenspieler weiterzupassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Eine enge Ballführung beim Dribbling fordern.
- ▶ Auf Blickkontakt vor den Zuspielen achten.
- ▶ Als Außenspieler jeweils nach vorne ins Feld an- und mitnehmen.