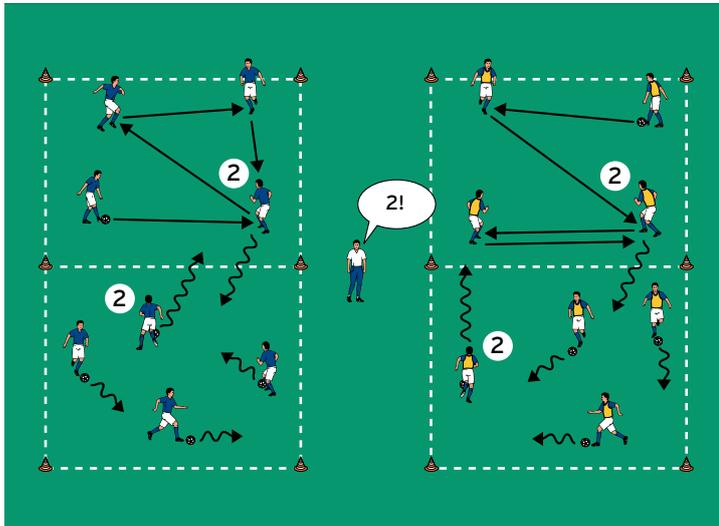


THEMA: HOCHMOTIVIERT ZUM TORABSCHLUSS



AUFWÄRMEN 1:

PASS-DRIBBEL-KOMBINATION

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder errichten und jeweils in ein oberes und ein unteres Feld teilen.
- ▶ Zwischen den beiden Hauptfeldern einen Zwischenraum lassen.
- ▶ 4 Gruppen bilden.
- ▶ Die Spieler innerhalb der Gruppen nummerieren.

ABLAUF

- ▶ Oben passen sich die Spieler in der Gruppe zu.
- ▶ Unten dribbeln die Spieler durch das Feld.
- ▶ Auf ein Trainerkommando tauschen die aufgerufenen Spieler die Felder.

VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer gibt die Zahl per Rechenaufgabe vor.
- ▶ Oben passen sich die Spieler mit maximal zwei Kontakten zu.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In den Passfeldern müssen die Spieler auf das Trainerkommando zum aufgerufenen Spieler im Dribbelfeld passen.
- ▶ Das Tempo in den Aktionen sollte mit zunehmender Dauer gesteigert werden.
- ▶ Zum Ende sollten die Felderwechsel im intensiven Tempo erfolgen.