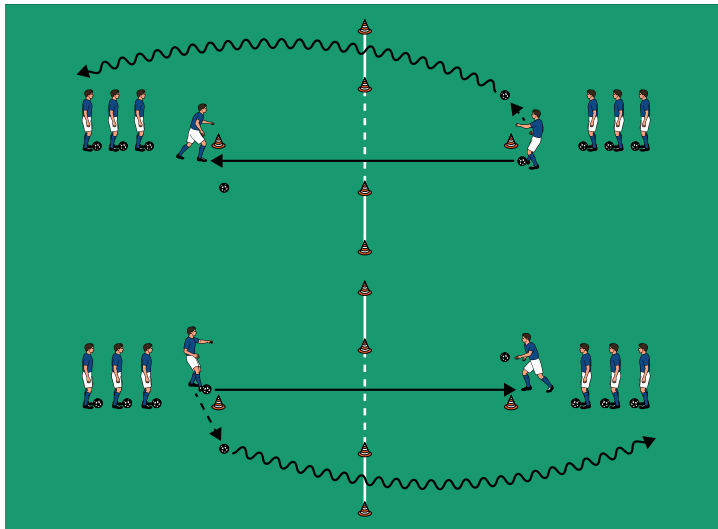


THEMA: DIE TECHNIK MIT KINDERN TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 1:

PASSEN UND DRIBBELN

ORGANISATION

- ▶ Zweimal 2 Starthütchen in einem Abstand von 10 Metern gegenüber aufstellen.
- ▶ Zwischen den Starthütchen je 3 Hütchentore errichten.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.
- ▶ An jeder Station hat der erste Spieler an einem Starthütchen 2 Bälle.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler mit 2 Bällen passen einen Ball zum ersten Spieler auf der gegenüberliegenden Seite und dribbeln mit dem anderen durch das rechte Hütchentor.
- ▶ Der Passempfänger spielt zurück und dribbelt mit seinem Ball durch das rechte Hütchentor zur anderen Seite usw.

VARIATIONEN

- ▶ Vor dem Hütchentor eine Finte ausführen (z.B. einfacher/doppelter Übersteiger) und das Hütchentor umdribbeln.
- ▶ Den Ball im Hütchentor mit der Fußsohle stoppen, dann weiterdribbeln.
- ▶ Mit maximal 2 Kontakten spielen.
- ▶ Nur mit dem schwächeren Fuß passen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Entfernung der Starthütchen zueinander und die Größe der Hütchentore dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Verschiedene Bälle verwenden (Mini-Bälle, Softbälle, Tennisbälle usw.).
- ▶ Auf präzise Pässe achten.