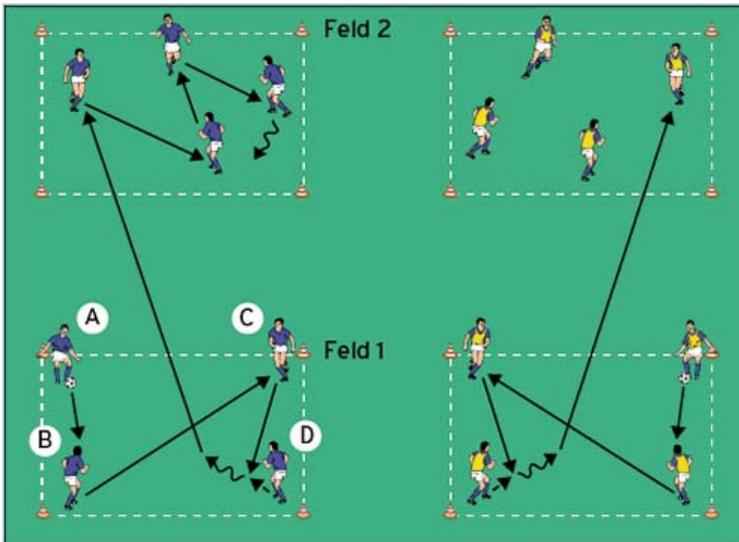


D- UND C-JUNIOREN

AUFWÄRMEN 1: Pass-Variation

von Mario Vossen (25.03.2014)



Organisation

- 2 Pass-Stationen mit jeweils 2 gegenüberliegenden Feldern markieren
- 2 Gruppen bilden und den Stationen zuweisen
- Die Spieler in einem Feld postieren sich frei im Feld, die Spieler im jeweils gegenüberliegenden Feld stellen sich an den Eckhütchen auf

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando passen sich die Spieler an den Eckhütchen in vorgegebener Reihenfolge zu.
- A passt auf B, der auf C weiterleitet.
- Anschließend passt C zu D, der kurz ins Feld an- und mitnimmt und dann auf einen Mitspieler ins gegenüberliegende Feld passt.
- Hier müssen die Spieler 3 Pässe in den eigenen Reihen spielen.
- Der Empfänger des dritten Passes spielt zurück zu A ins Ausgangsfeld.

Variationen

- Mit genau 2 Kontakten spielen.
- Nach einigen Durchgängen einen Wettbewerb durchführen: Die Mannschaft, die zuerst zurück zu A passt, erhält 1 Punkt.

Tipps und Korrekturen

- In dieser Übungsform wird eine vorgegebene Passkombination mit einem freien Kombinationsspiel verbunden.
- Die Spieler in Feld 1 rücken nach jeder Aktion eine Position weiter.
- Nach etwa 2 Minuten die Felder tauschen.

Vereine brauchen Ehrenamtliche. Eine schwierige Aufgabe für die Vorstandsmitglieder. Sie müssen Menschen für den Verein begeistern, sie an ihn binden, sie motivieren. Wichtig sind dabei die Atmosphäre, die intern herrscht, und das Bild, das der Verein nach außen abgibt. Hier sind Führungsqualitäten gefragt. Sie prägen ganz entscheidend den Erfolg im Verein. Sie schaffen eine positive Vereinsatmosphäre, fördern den Teamgeist, regen das Vereinsleben an und sorgen für gesunde Vereinsstrukturen. Wie gute Führung funktioniert, erklärt der aktuelle Themenschwerpunkt 'Führen im Ehrenamt' auf Training & Wissen online.