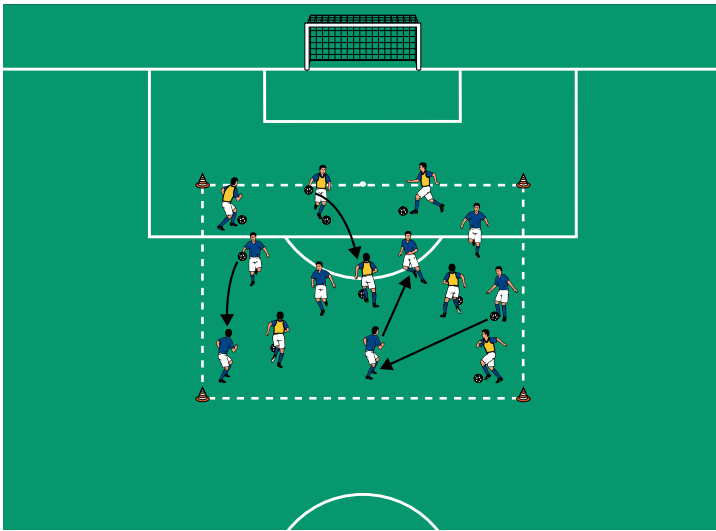


## THEMA: ANGREIFER GEGEN INNENVERTEIDIGER



### AUFWÄRMEN 1:

#### DRIBBELN UND PASSEN MIT ZUWERFEN

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 30 x 20 Meter großes Feld aufbauen
- ▶ 2 Teams einteilen
- ▶ Die Spieler einer Mannschaft haben je 1 Ball
- ▶ Das andere Team hat ebenfalls 1 Ball
- ▶ Zusätzlich hat jedes Team je 1 weiteren Ball zum Werfen

##### ABLAUF

- ▶ Die Spieler mit Ball dribbeln frei im Feld umher.
- ▶ Die Spieler des anderen Teams passen sich in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Zusätzlich werfen sich die Spieler beider Teams jeweils 1 Ball in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Nach einer Weile die Aufgaben tauschen.

##### VARIATIONEN

- ▶ Das Pass-Team passt sich mit 2 Bällen in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Beide Teams werfen sich jeweils mit 2 Bällen in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Die Spieler des Pass-Teams durchnummerieren: 1 passt zu 2, der auf 3 weiterleitet usw.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Eine enge Ballführung beim Dribbeln fordern.
- ▶ Beidfüßig und mit verschiedenen Teilen des Fußes dribbeln.
- ▶ Die Größe des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Blickkontakt vor den Zuspielen fordern.
- ▶ Den Zuspielen jeweils aktiv entgegenstarten.