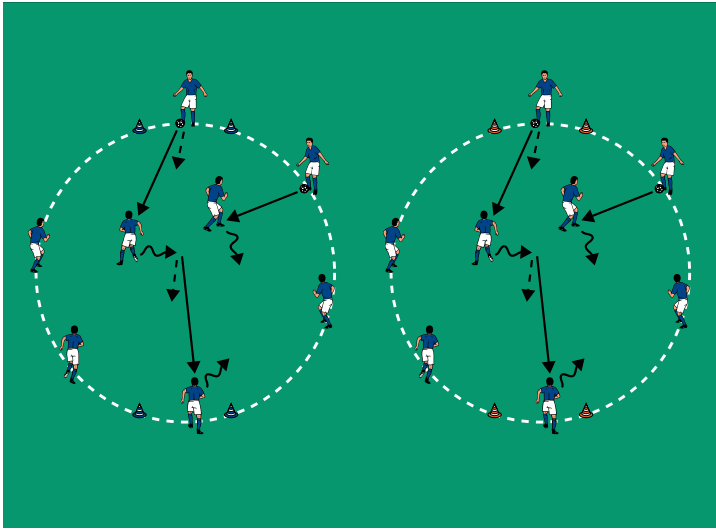


THEMA: DIE GRUNDTECHNIKEN IM SPIEL TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 2:

PASSEN UND MITNEHMEN IN KREISEN

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Gruppen weiter verwenden
- ▶ Je 6 Spieler auf dem Kreis und 2 Spieler im Feld aufstellen
- ▶ 2 Außenspieler pro Feld haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die beiden zentralen Spieler fordern ein Zuspiel von den Ballbesitzern auf den Kreislinien.
- ▶ Die Ballbesitzer passen den Innenspielern zu, die das Zuspiel kontrollieren und zu einem anderen Außenspieler weiterleiten.
- ▶ Nach jeder Aktion tauschen die Innenspieler sofort mit den jeweiligen Passgebern von außen die Positionen und Aufgaben.

VARIATIONEN

- ▶ 3 Spieler im Zentrum postieren.
- ▶ Die zentralen Spieler lassen noch einmal prallen und nehmen erst das zweite Zuspiel zu einem anderen Außenspieler an und mit.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Stramme Zuspiele in den Fuß des Mitspielers fordern.
- ▶ Den Zuspielen als Innenspieler nach Blickkontakt aktiv entgegenstarten.
- ▶ Die Zuspiele möglichst mit dem ersten Kontakt sofort in die neue Bewegungsrichtung an- und mitnehmen.