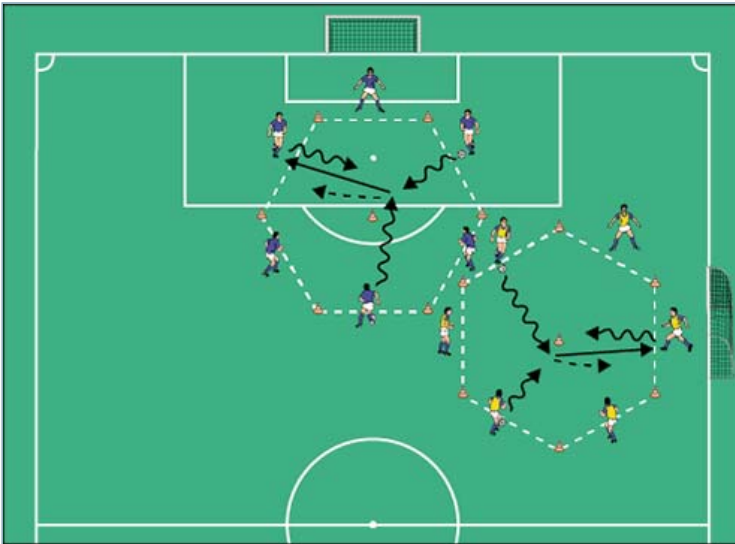




B- UND A-JUNIOREN

AUFWÄRMEN 1: Ballkontrolle im Sechseck

von Armin Friedrich (22.04.2014)



Organisation

- 2 Sechsecke errichten
- Jeweils in der Mitte 1 Orientierungshütchen aufstellen
- 2 Gruppen einteilen und den Sechsecken zuweisen
- An jeder Linie des Sechsecks 1 Spieler postieren
- 2 Spieler pro Sechseck haben je 1 Ball
- Die Torhüter wärmen sich separat auf

Ablauf

- Die Ballbesitzer dribbeln zum zentralen Hütchen, passen zu einem frei wählbaren Außenspieler und laufen ihrem Abspiel nach.
- Die Passempfänger nehmen in die Vorwärtsbewegung mit, dribbeln ebenfalls zum zentralen Hütchen, passen erneut usw.

Variationen

- Das Sechseck vergrößern oder verkleinern.
- Vor dem zentralen Hütchen jeweils eine Finte ausführen.
- Die Spieler müssen das zentrale Hütchen vollständig umdribbeln, ehe sie zum nächsten Außenspieler passen dürfen.
- Nur mit rechts/links dribbeln bzw. passen.

Tipps und Korrekturen

- Auf eine enge Ballführung achten.
- Vor dem Zuspiel sollen Passgeber und -empfänger Blickkontakt aufnehmen.
- Für mehr oder weniger Spieler zusätzliche Ecken ins Feld einbauen.

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.