

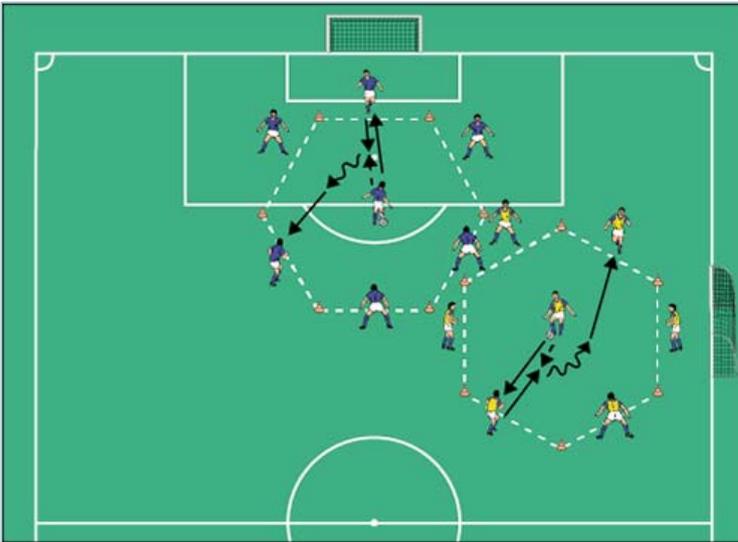


B- UND A-JUNIOREN

AUFWÄRMEN 2:

Ballkontrolle im Sechseck II

von Armin Friedrich (22.04.2014)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Die zentralen Hütchen entfernen
- Die beiden Torhüter stoßen zu den Gruppen hinzu
- In beiden Feldern 1 Spieler mit Ball am zentralen Hütchen postieren

Ablauf

- Die Ballbesitzer in der Feldmitte passen zu einem der Außenspieler in ihrem Feld.
- Die Passempfänger lassen die Zuspiele sofort prallen.
- Die zentralen Hütchen nehmen in die Drehung an und mit und passen zu einem anderen frei wählbaren Außenspieler weiter.
- Diese lassen ebenfalls sofort zurückprallen usw.
- Die zentralen Spieler nach jeweils 30 Sekunden wechseln.

Variationen

- Im Zentrum mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Die Pass-Reihenfolge vorgeben.
- Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Zentrumsspieler hat zuerst allen Außenspielern zugepasst (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung)?

Tipps und Korrekturen

- Als Außenspieler stets aktionsbereit auf den Vorfüßen agieren.
- Als Innenspieler allen Zuspielen aktiv entgegenstarten und möglichst bereits in die Drehung mitnehmen.
- Auf präzise Zuspiele in den Fuß der Passempfänger achten.

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.