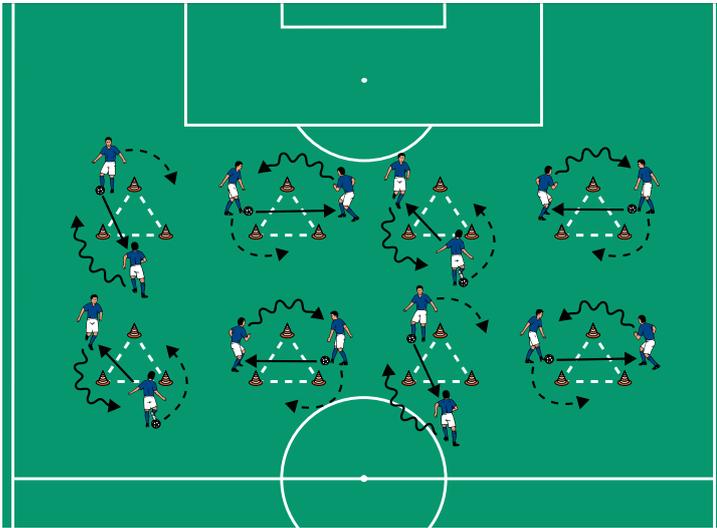


THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL VERBESSERN UND DEN GEGNER MÜDE SPIELEN



AUFWÄRMEN 1:

TECHNIKDUELLE I

ORGANISATION

- ▶ Für jeweils 2 Spieler ein 2 x 2 Meter großes Dreieck markieren.
- ▶ Paare bilden und auf die Dreiecke verteilen.
- ▶ Pro Dreieck 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen sich mit höchstens 3 Kontakten durch das Dreieck zu.
- ▶ Der Passempfänger darf nicht durch das jeweils gleiche Hütchentor wieder zurückpassen, sondern nimmt zur Seite an und mit und passt über eine andere Seite des Dreiecks wieder zurück.
- ▶ Berührt der Ball eines der Hütchen bzw. geht am Dreieck vorbei, oder berührt ein Spieler den Ball 4-mal, erhält der Gegner 1 Punkt.
- ▶ Welcher Spieler hat nach 3 Minuten mehr Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Ein Auf- und Abstiegsturnier organisieren: Der Gewinner steigt ein Dreieck auf, der Verlierer ein Dreieck ab.
- ▶ Nur mit rechts/links passen/annehmen.
- ▶ Mit maximal 2 Kontakten spielen.
- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen, wobei beide Füße zum Einsatz kommen müssen (Ballannahme links – Pass rechts, Ballannahme rechts – Pass links).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zu harte Zuspiele auch als Fehler werten.
- ▶ Nur flache Pässe zulassen!
- ▶ Die Aufgabe erfordert eine guten Beinarbeit auf "flinken Füßen". Stets bestmöglich zum Ball stellen.
- ▶ Die Dreiecke so aufbauen, dass die Paare sich nicht gegenseitig behindern.
- ▶ Die Torhüter integrieren oder alternativ gesondert trainieren.