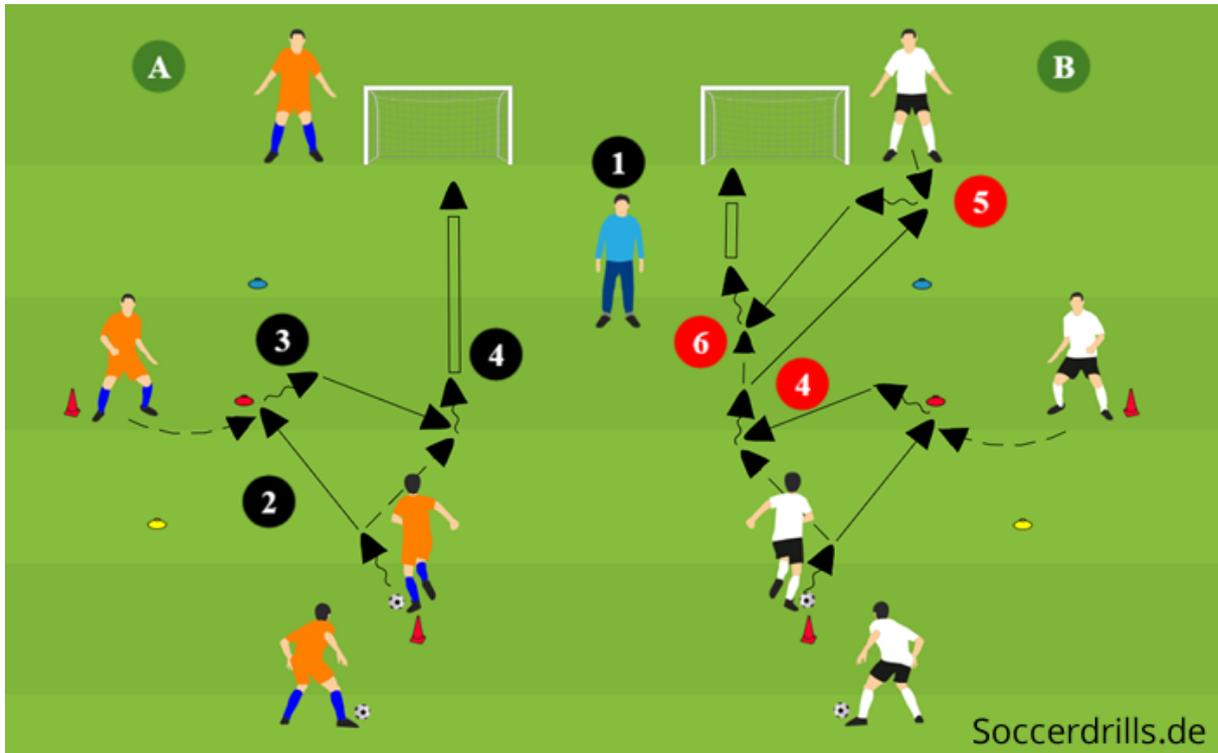


Ballgefühl - Farbkontrolle



Organisation:

- Wir benötigen für zwei Übungsfelder: Zwei Minitor (Stangentore, Hütchentore), 3x2 verschiedenfarbige Bodenmarkierungen, 4 Hütchen und ausreichend Bälle.
- Für jedes Übungsfeld wird ein Minitor aufgestellt. Der Abstand zwischen den Toren sollte mindestens 6 Meter betragen, je nach Anforderungsprofil auch deutlich größer.
- Die Startpositionen werden jeweils durch ein Hütchen markiert, dort befinden sich die Bälle.
- An den Seiten der Übungsfelder, auf halber Länge zwischen Startpositionen und Toren, stellen wir jeweils ein Hütchen auf (imaginärer Verteidiger).
- Jeweils drei verschiedenfarbige Bodenmarkierungen werden so ausgelegt, dass deutliche Unterschiede in den Passlängen entstehen.

Ablauf A:

1. Der Trainer ruft die Farbe einer Bodenmarkierung auf, dort bietet sich der erste Passempfänger an.
2. Der Startspieler passt auf diesen Spieler.
3. Der Spieler kontrolliert den Ball und passt zurück.
4. Der Startspieler kontrolliert den Ball und passt ins Tor.
 - Der Startspieler übernimmt die Position vom ersten Passempfänger.
 - Der erste Passempfänger holt den Ball und schließt sich der Startgruppe an.

Ablauf B:

- Der Ablauf ist identisch mit 1-3 aus Ablauf A, dann folgt:
 4. Der Startspieler kontrolliert den Ball und passt zum Mitspieler am Tor.
 5. Dieser kontrolliert den Ball und passt auf den Startspieler zurück.
 6. Der Startspieler kontrolliert den Ball und passt ins Tor.
- Nach der Aktion rücken die Spieler eine Position weiter.

Ballgefühl - Farbkontrolle

Varianten :

- Wettkampf der Gruppen gegeneinander.
- Mit Torhütern.
- Die Spieler neben den Toren (Ablauf B) werden, nachdem sie gepasst haben, zu Verteidigern. Fordere Finten von den Angreifern.
- Nur direktes Passspiel.
- Nutze statt Farben andere Synonyme, zum Beispiel Klubnamen oder Spielernamen.

Trainertipps:

- Viel Lob für die Spieler bei guten Aktionen.
- Beachte unbedingt die Technik und die korrekte Körperhaltung.