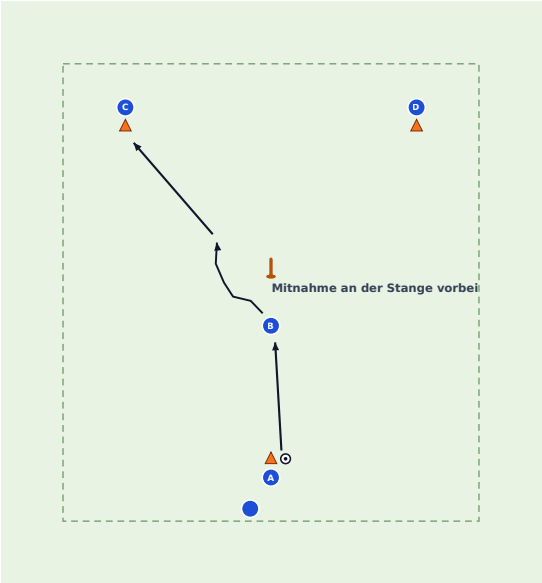
TRAININGSKARTE U17 HAUPTTEIL · 12 MIN

Ballannahme mit Richtungswechsel

F-Jugend **E-Jugend**

Ballkontrolle | Passspiel | Koordination | Kognition & Wahrnehmung | Beidfüßigkeit | Ballan- und -mitnahme



Team A Team B Ball Hütchen Pass / Schuss Laufweg Dribbling

Ballannahme mit Richtungswechsel

Der Ball kommt von einem Zuspieler, wird mit dem ersten Kontakt an einer Stange vorbei in eine neue Richtung mitgenommen und dann weitergespielt. Die Kernbewegung des modernen Passspiels, kindgerecht aufgebaut.

1. A passt flach zu B.
2. B nimmt den Ball mit dem ersten Kontakt seitlich an der Stange vorbei mit – nach links oder rechts, frei gewählt.
3. Mit dem zweiten Kontakt passt B zum Zielhütchen auf der Seite, in die er mitgenommen hat.
4. Positionen im Uhrzeigersinn durchrotieren: A wird B, B wird C.
5. Nach 5 Minuten Fuß wechseln: Annahme nur mit dem schwächeren Fuß.
6. Steigerung: Der Trainer zeigt erst im Moment des Passes an, zu welcher Seite mitgenommen werden soll.

Material	Hütchen, Bälle, Stangen
Ziel	Den ersten Ballkontakt als Handlung begreifen: mitnehmen statt stoppen, und zwar in die vom Gegner abgewandte Richtung.
Dauer	12 Minuten

Spaß ★★★☆☆ Anstrengung ★★★☆☆ Schwierigkeit ★★★☆☆