Übung 1 - Passen

Material:

- Pro Person ein Ball
- Fläche, wo man gegen spielen kann
- Ein Hütchen

Aufgabe:

Passe den Ball mit der Innenseite des Fußes auf die gegenüberliegende Fläche (Wand). Stoppe den Ball beim zurückrollen und wiederhole die Übung.

Differenzierungsmöglichkeiten:

- Passe den Ball ohne zu stoppen, wenn dieser zurückrollt
- Erhöhe die Passschärfe (Geschwindigkeit des Balls bzw. des Passes)
- Führe diese Übung mit dem schwachen Fuß aus