

Unihockey – Passen: Ballmaschine

Die Schülerinnen lernen in dieser Übung kontrolliertes Passen und den Ball anzunehmen. Beide Fertigkeiten werden im Spiel miteinander kombiniert.

Kleingruppen von vier bis sechs Spielerinnen stellen sich in Kolonnen vis-à-vis einer Zuspielerin auf. Eine nach der anderen erhält von ihr einen Pass. Nach dem Rückpass stellen sich die Spielerinnen wieder hinten an. Nach einem Umgang wird die Zuspielerin ausgewechselt.

Variation

Gruppenwettkampf: Welche Gruppe macht am schnellsten 50 Pässe?

schwieriger

Nur direkte Pässe sind erlaubt oder über Hindernisse (Langbank, Kastenelement) zuspiesen.

Quelle: [Beutler, B. & Wolf, M. \(2004\). Unihockey basics – Spielentwicklung in Schule und Verein. Herzogenbuchsee: Ingold Verlag/ SVSS.](#)



Schweizerische Eidgenossenschaft
Confédération suisse
Confederazione Svizzera
Confederaziun svizra

Bundesamt für Sport BASPO