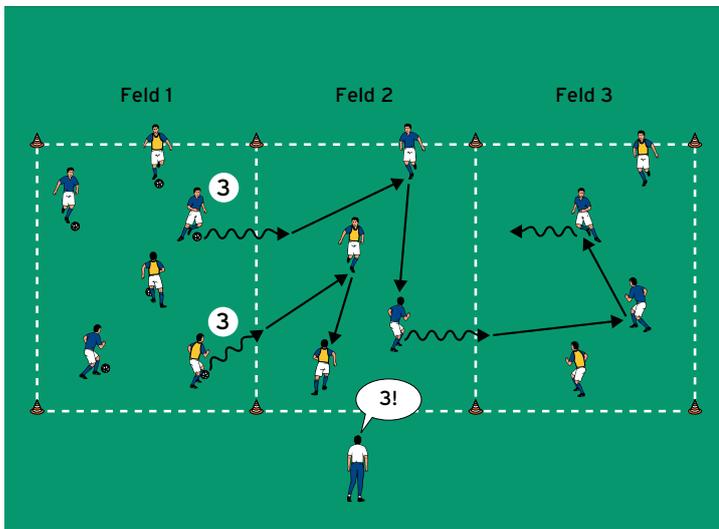


THEMA: DAS TEMPODRIBBLING VERBESSERN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBEL-PENDEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler gemäß Abbildung postieren
- ▶ Die Spieler in Feld 1 nummerieren und mit Bällen ausstatten

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl auf und startet die Aktion.
- ▶ Der aufgerufene Spieler dribbelt ins Feld 2 und passt zu einem Mitspieler.
- ▶ Dieser leitet den Ball zu einem zweiten Mitspieler im Feld weiter, der nun ins Feld 3 dribbelt.
- ▶ Hier passt er zu einem Mitspieler, der zum nächsten Mitspieler im Feld weiterleitet.
- ▶ Dieser dribbelt ins Feld 2 und die Spieler spielen nach dem selben Ablauf in Feld 1 zurück.
- ▶ Wettbewerb: Die Mannschaft, die zuerst Feld 1 erreicht, erhält 1 Punkt. Welches Team sammelt 5 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Beim Felderwechsel eine Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ Der Trainer gibt diese Finte vor.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler, die in ein anderes Feld dribbeln, bleiben dort.
- ▶ In Feld 2 und 3 werden jeweils alle Spieler in die Aktion eingebunden.
- ▶ Der Spieler, der abschließend in Feld 1 zurückdribbelt, erhält die Nummer des Spielers, der die Aktion gestartet hat.