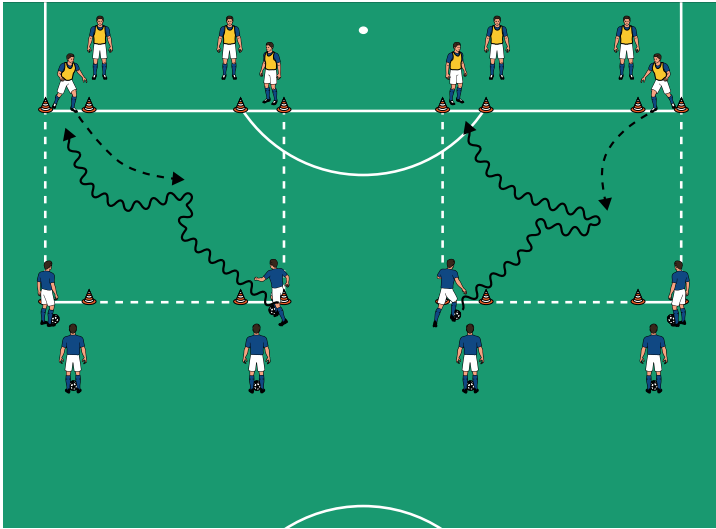


THEMA: DAS DRIBBELN AUCH IM SENIORENBEREICH WEITER VERBESSERN



HAUPTTEIL 1:

1 GEGEN 1 AUF HÜTCHENTORE

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden.
- ▶ Die Hütchentore in der Feldmitte entfernen.
- ▶ Die Spieler gleichmäßig an den Hütchentoren verteilen.
- ▶ Die Spieler auf einer Seite haben je 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Der erste Ballbesitzer dribbelt ins Feld, versucht, den von diagonal gegenüber ins Feld startenden Verteidiger im 1 gegen 1 auszuspielen und durch eines der beiden gegenüberliegenden Hütchentore zu dribbeln.
- ▶ Gelingt es dem Verteidiger, in Ballbesitz zu gelangen, so kontert er auf die beiden anderen Hütchentore.
- ▶ Anschließend starten die nächsten Spieler von der jeweils anderen Seite usw.
- ▶ Nach einer Weile die Positionen und Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Alle Spieler aus der Mitte zwischen den Hütchentoren ins Feld starten lassen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt die meisten Punkte?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit möglichst hohem Tempo dribbeln.
- ▶ Nach der Finte mit einer explosiven Temposteigerung zur jeweils anderen Seite wegdribbeln.
- ▶ An den Hütchentoren ausreichend Ersatzbälle bereithalten.