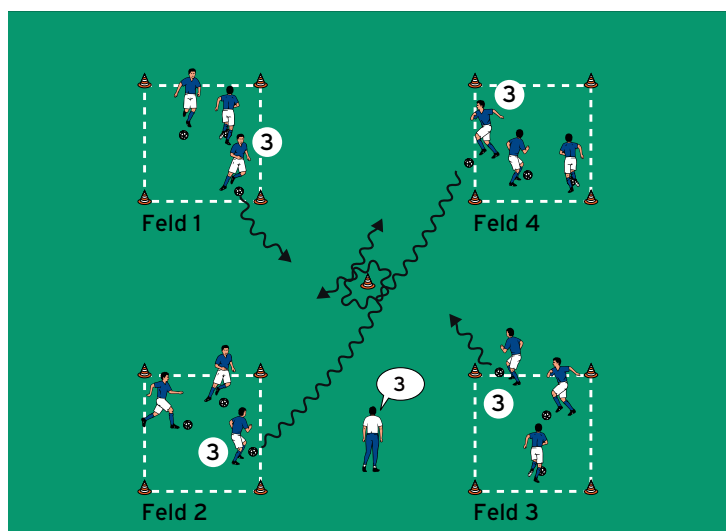


THEMA: DRIBBELN, DRIBBELN, DRIBBELN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBEL-FELDER II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Organisation beibehalten
- ▶ Mittig der Felder ein Wendehütchen markieren

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln in den Feldern und absolvieren bestimmte Aufgaben (siehe Aufwärmteil 1).
- ▶ Auf ein Trainerkommando das Wendehütchen umdribbeln und ins Feld zurückkehren.
- ▶ Im Feld angekommen jeweils 10-mal jonglieren.
- ▶ Der Spieler, der die Aufgabe zuerst abschließt, erhält 1 Punkt für seine Mannschaft.
- ▶ Wettbewerb: Welches Team erreicht 5 Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Beim Dribbling zum Wendehütchen eine Finte ausführen.
- ▶ Der Trainer ruft mehrere Nummern auf.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das gesamte Feld für das Dribbling nutzen.
- ▶ Beim Wendehütchen auf eine enge Ballführung achten.
- ▶ Die Spieler sollen stets in Bewegung bleiben.