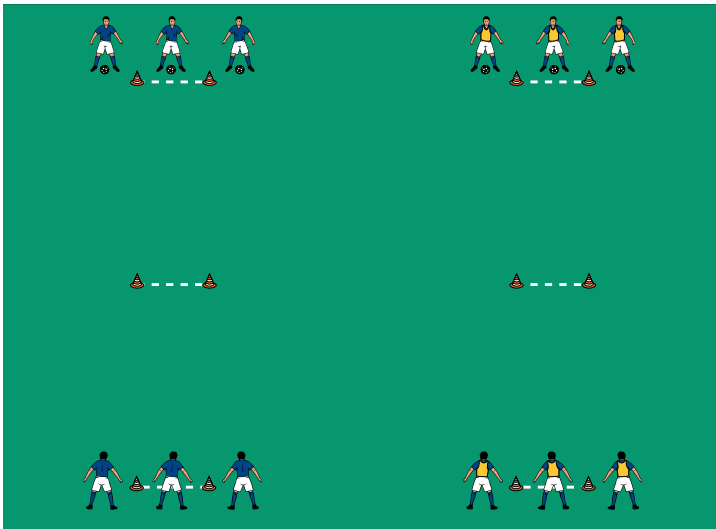


## THEMA: SPASS UND MOTIVATION MIT DER FUSSBALL-OLYMPIADE



### AUFWÄRMEN 1:

#### DISZIPLIN 1 – DRIBBLING

##### ORGANISATION

- ▶ Vier 2 Meter breite Hütchentore im Abstand von 15 Metern gegenüber errichten
- ▶ Mittig zwischen 2 Hütchentoren je ein 1 Meter breites Hütchentor markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen und zwischen den Hütchentoren aufstellen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler haben 1 Ball

##### ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die jeweils ersten Spieler durchdribbeln das mittlere Hütchentor, übergeben den Ball an den ersten Mitspieler auf der gegenüberliegenden Seite und stellen sich dort wieder an.
- ▶ Der jeweils nächste Spieler nimmt ins Dribbling zur anderen Seite mit usw.
- ▶ Jedes Durchdribbeln des mittleren Hütchentores ergibt 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

##### ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt durchdribbeln die Spieler das mittlere Hütchentor in Form einer Acht.

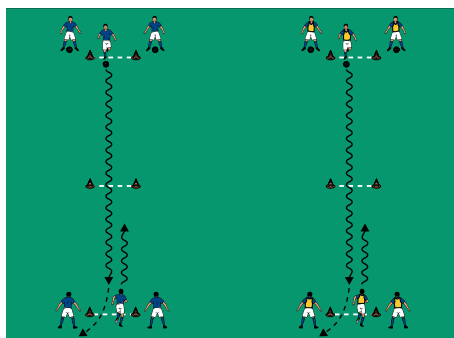
##### ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Den Grundablauf beibehalten.
- ▶ Jetzt führen die Spieler vor dem mittleren Hütchentor eine vorgegebene Finte aus.

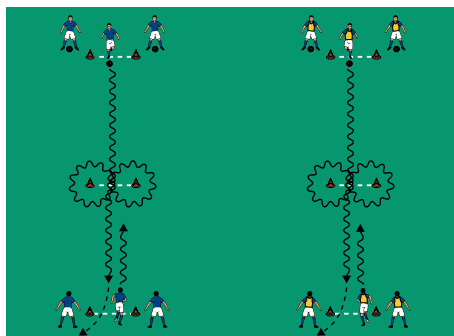
##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Größe des mittleren Hütchentores dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Der Ball darf dem Mitspieler immer erst nach dem Durchdribbeln des mittleren Hütchentores übergeben werden. Andernfalls gegebenenfalls keine Punkte vergeben oder sogar 1 Punkt abziehen.

Übung 1



Übung 2



Übung 3

