

STUNDENBEISPIELE DRIBBELN

KAPITEL 2

STUNDENBEISPIEL

**Dribbeln (Einzelstunde)**



32 MINUTEN

TECHNIKEITBILD



Beim Tempodribbling führt der Spieler den Ball ...

... mit dem Vollspann vor sich her und versucht, ...

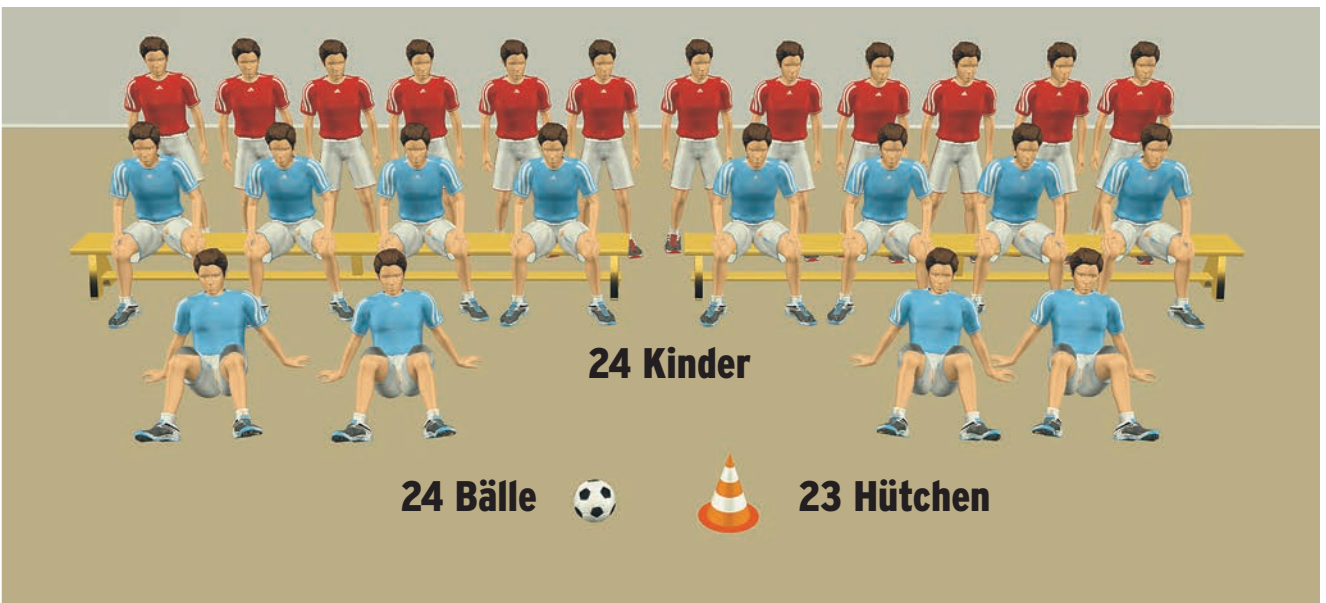
... möglichst schnell größeren Raum zu überwinden.

Dabei darf der Ball auch leicht vorgespielt werden.

LERNPRINZIPIEN

Das Dribbling ist eine der wichtigsten Fertigkeiten der Ballkontrolle. Grob lassen sich drei Arten unterscheiden, die aus unterschiedlichen Situationen im Spiel abgeleitet sind: das gegnerüberwindende, das ballhaltende und das Tempodribbling (siehe Bildreihe links).

ORGANISATION



24 Kinder

24 Bälle



23 Hütchen

ALLE PHASEN MIT HÜTCHEN!

PRAKTISCHE HINWEISE



- Aufwändige Umbauten von Phase zu Phase vermeiden, denn das kostet wertvolle Spiel- und Bewegungszeit.
- Kinder haben eine lebhaftere Phantasie. Wenn es gelingt, die Aufgaben in eine kleine Geschichte zu verpacken, motiviert dies die Mädchen und Jungen ungemein zum Üben.

STUNDENBEISPIELE DRIBBELN

ORGANISATION

- In der Halle 23 Hütchen – also eins weniger als Kinder – frei verteilt aufstellen.
- Jedem Kind ein Hütchen zuweisen, 1 Schüler bleibt dabei ohne Hütchen und postiert sich frei im Feld.

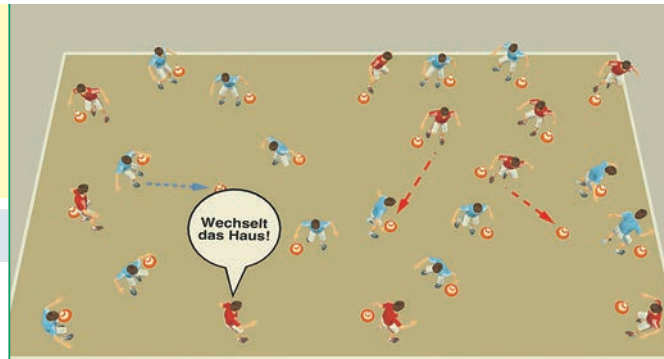
ABLAUF

- Das Kind ohne festes Hütchen läuft durch die Halle und ruft plötzlich „Wechselt das Haus!“
- Mit diesem Kommando muss sich jeder Schüler schnellstmöglich ein neues Hütchen (Haus) suchen.
- Das Kind, das leer ausgeht, eröffnet den nächsten Durchgang.

VARIATIONEN

- Die Fortbewegungsarten variieren, zum Beispiel:
  - auf allen Vieren
  - auf einem Bein
  - rückwärts laufen
  - auf halber Strecke 1 Drehung laufen
  - mit beiden Beinen springen

LERNZIEL 1: WECHSELT DAS HAUS (8 MIN.)



PHASE 1

ORGANISATION

- Den Aufbau aus Phase 1 unverändert lassen.
- Die Hütchen im Feld als Satelliten bezeichnen und die Grundlinien des Feldes nach Planeten (Erde, Saturn etc.) benennen.
- Die Kinder (Raumfähren) verteilen sich mit Ball frei im Feld.

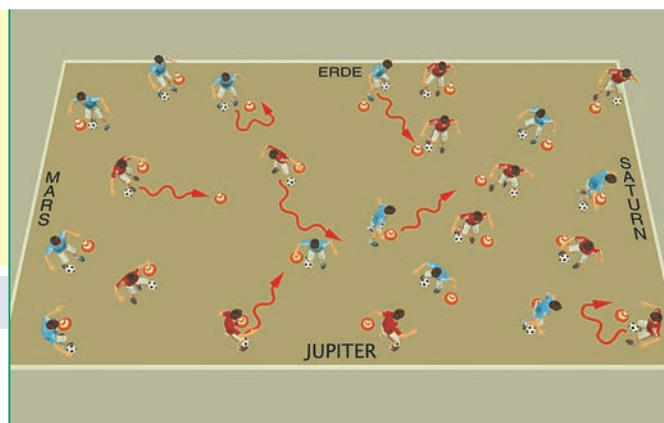
ABLAUF

- Die Schüler dribbeln durch das Feld und weichen dabei Satelliten und anderen Raumfähren aus.
- Auf ein Kommando (z. B. Erde) landen die Raumfähren schnellstmöglich auf dem entsprechenden Planeten (Dribbling bis zur Grundlinie).
- Wer ist die schnellste Raumfähre?

VARIATIONEN

- Wer mit einer anderen Raumfähre oder einem Satelliten kollidiert, muss eine gymnastische Sonderaufgabe machen (z.B. 2 Kniebeugen).
- Der Spieler, der als Erster die Grundlinie erreicht hat, darf das nächste Kommando ansagen.

LERNZIEL 2: RAUMFAHRT (6 MIN.)

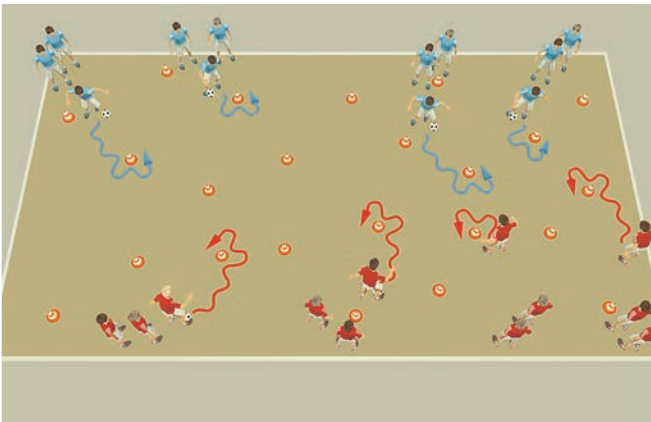


PHASE 2



## STUNDENBEISPIELE DRIBBELN

## LERNZIEL 2: DRIBBELN IN DER GRUPPE (6 MIN.)



## ORGANISATION

- Den Aufbau aus der vorherigen Phase übernehmen.
- 8 Gruppen à 3 Spieler bilden.
- Die Gruppen an den Längsseiten der Halle gemäß Abbildung postieren.
- Der jeweils erste Spieler einer Gruppe mit Ball

## ABLAUF

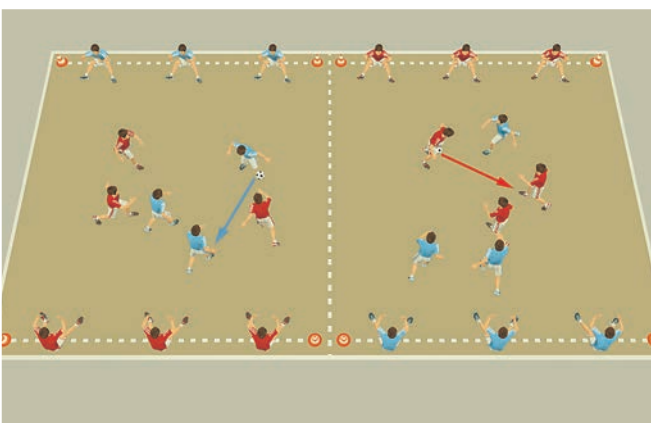
- Auf ein Kommando dribbeln die jeweils ersten Spieler einer Gruppe ins Feld, umdribbeln ein Hütchen ihrer Wahl, führen den Ball wieder zurück zur eigenen Gruppe und übergeben ihn an den nächsten Mitspieler.
- Dieser dribbelt ebenfalls ins Feld, muss allerdings ein anderes Hütchen als sein Vorgänger ansteuern etc.
- Jeder Spieler dribbelt einmal. Welche Gruppe steht als Erste wieder geschlossen am Start?

## VARIATIONEN

- Nach dem Umdribbeln des Hütchens passt der Schüler den Ball zurück zu seinem Mitspieler.
- Das Kind lässt den Ball am Hütchen liegen und rennt zurück zur Gruppe, klatscht dort den nächsten Spieler ab, der zum Ball läuft und ihn zurückdribbelt etc.

PHASE 3

## LERNZIEL 3: KRAKEN-FUSSBALL (12 MIN.)



## ORGANISATION

- Die Halle gemäß Abbildung in 2 Spielfelder teilen.
- Auf beiden Grundlinien auf voller Spielfeldbreite mit Hütchen ein Dribbeltor errichten.
- 8 Mannschaften à 3 Spieler einteilen.
- Jedem Feld 4 Mannschaften zuweisen: A und B spielen gegeneinander, C und D setzen sich als Torhüter-Kraken verteilt auf den Hallenboden in die Dribbeltore.

## ABLAUF

- Freies Spiel der Mannschaften. Ziel ist es, durch das gegnerische Hütchentor zu dribbeln.
- Die Torwart-Kraken dürfen dabei nur auf dem Boden sitzend verteidigen und nicht aufstehen.
- Positionen- und Aufgabenwechsel der Gruppen nach ca. 3 Minuten.

## VARIATIONEN

- Die Torhüter dürfen die Hände nicht benutzen.
- Die Mannschaft, die ein Tor kassiert hat, wechselt sofort mit den eigenen Torhütern die Aufgabe.
- Welches Team ist nach 2 Spielen das erfolgreichste?

PHASE 4