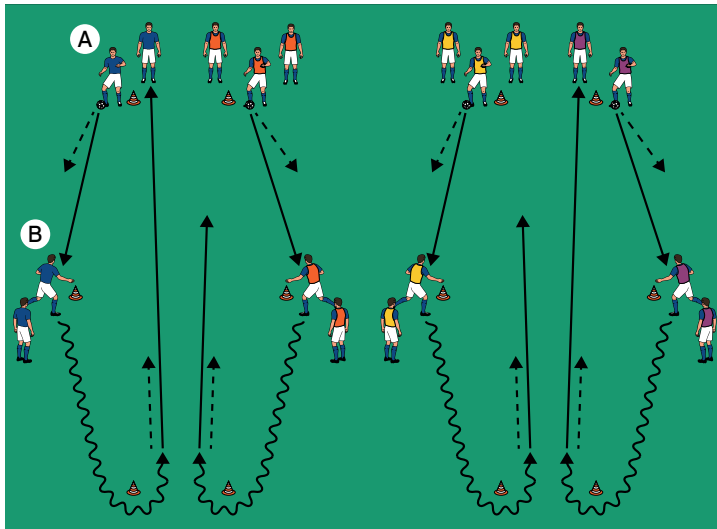


THEMA: TORGEFAHR ERZEUGEN MIT TEMPODRIBBLINGS



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBEL-GEWÖHNUNG

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder markieren, die jeweils aus 2 Dreiecken bestehen.
- ▶ 4 Gruppen bilden und den Dreiecken zuweisen.
- ▶ Der jeweils erste Spieler bei A hat 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der um das Wendehütchen dribbelt und zum jeweils nächsten Spieler bei A passt usw.
- ▶ Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

VARIATIONEN

- ▶ B lässt das erste Zuspiel auf A zurückprallen und erhält ein zweites Zuspiel in den Raum.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft steht zuerst wieder in ihrer Ausgangsposition?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ B soll schnell nach innen in die Bewegung mitnehmen.
- ▶ Nach einigen Durchgängen wechseln die Gruppen in ihren Feldern die Seiten.
- ▶ Das Tempo der Aktionen kontinuierlich steigern.
- ▶ Dabei jedoch trotzdem auf hohe Bewegungspräzision sowohl bei den Zuspielen als auch bei den Dribblings achten.