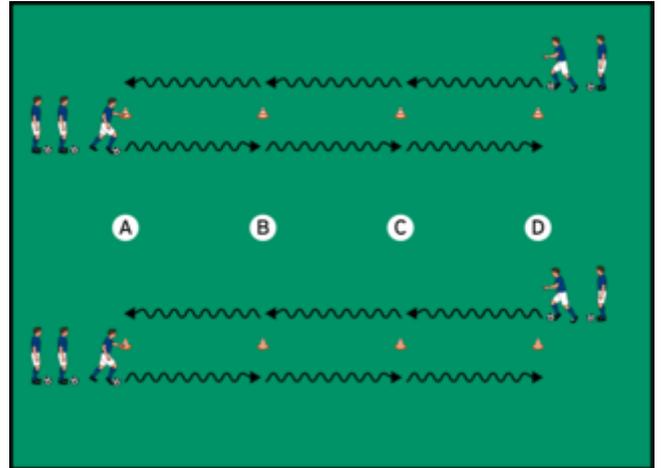


Schwerpunkt Fintieren:

Dribbel Variationen



Organisation:

5 Spieler mit Bällen ausstatten und zwei Dribbelstationen mit je 4 Positionshütchen errichten.

Ablauf:

Auf Kommando dribbeln die jeweils ersten Spieler zur Position gegenüber und erfüllen dabei verschiedene Dribbelaufgaben.

Schnelle kurze Kontakte vom ersten bis zum zweiten Hütchen

Tempodribbling vom zweiten zum dritten Hütchen

Jonglieren zwischen dem dritten und vierten Hütchen

Variationen:

Sohle benutzen

Ball pendeln lassen

Rückwärts laufen

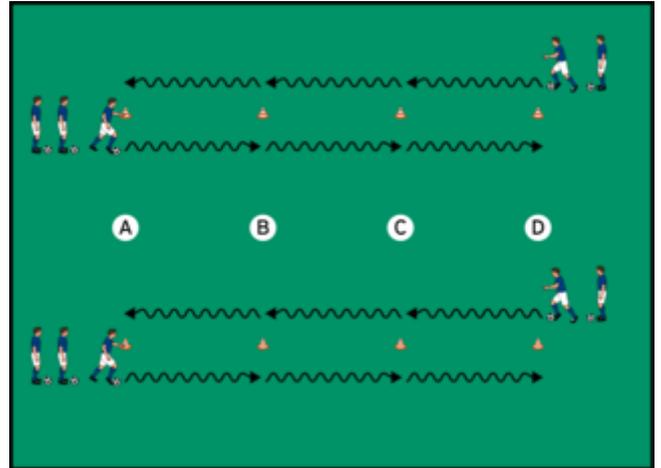
Korrekturen:

Auf eine enge Ballführung achten

Sauberes Tempodribbling

Bewegungstempo kontinuierlich steigern

Schwerpunkt Fintieren:



Organisation:

- Ein 10x15 Meter großes Feld abstecken
- 1 Fänger benennen und mit Leibchen ausstatten
- 3 Bälle im Feld verteilen

Ablauf:

Auf Kommando darf der Fänger in das Feld reinlaufen, seine Aufgabe alle Spieler abschlagen.

Die Spieler die einen Ball in der Hand haben dürfen nicht abgeschlagen werden.

Ziel für die Spieler innerhalb des Feldes, sich in 60 Sekunden gegenseitig durch zuwerfen des Balles zu schützen und nicht gefangen werden.

Variationen:

- Spieler müssen sich den Ball zupassen
- Mehrere Fänger benennen
- Weniger Bälle benutzen

Korrekturen:

- Auf eine gute Kommunikation achten
- Blickkontakt bei Ballabgabe