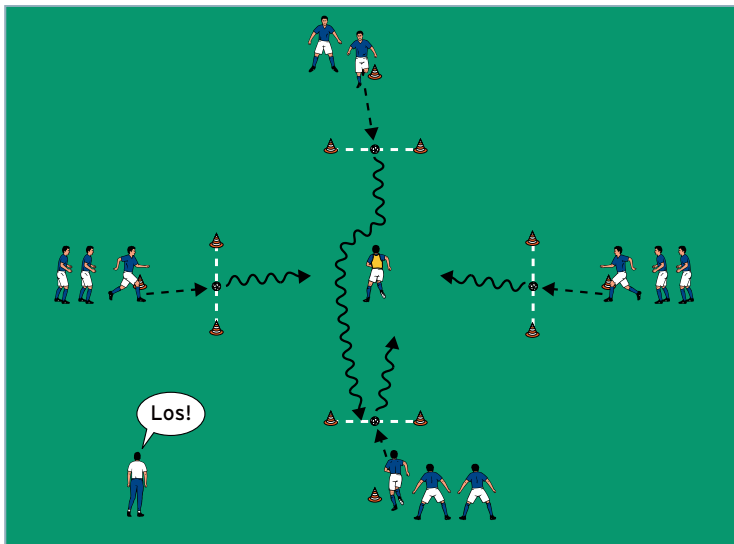


AUFWÄRMEN 2: Gegner-Dribbling

von Jörg Daniel (06.09.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Die Slalomstange entfernen und einen Verteidiger im Feld postieren
- Die anderen Spieler an die Starthütchen verteilen

Ablauf

- Die jeweils ersten Spieler starten gleichzeitig, laufen zum Ball im Hütchentor und dribbeln in das Hütchentor gegenüber.
- Der Verteidiger versucht Bälle zu erobern.
- Jedes Dribbling in das Hütchentor gegenüber ergibt 1 Punkt.
- Welcher Spieler gewinnt die meisten Punkte?

Variationen

- Der Verteidiger agiert im Sitzen als 'Krebs' und kann die Bälle mit Händen und Füßen erobern.
- Der Verteidiger agiert im Laufen als 'Torhüter' und kann die Bälle mit Händen und Füßen erobern.
- 2 Verteidiger im Feld postieren.

Tipps und Korrekturen

- Den Verteidiger nach einigen Durchgängen wechseln.
- So lange der Ball im Feld ist, kann der Angreifer nachsetzen und versuchen, den Ball zurückzuerobieren.
- Nach jedem Durchgang stellen sich die Spieler am Starthütchen gegenüber an.
- Als Trainer Ersatzbälle bereithalten, um verspielte Bälle schnell ersetzen zu können.