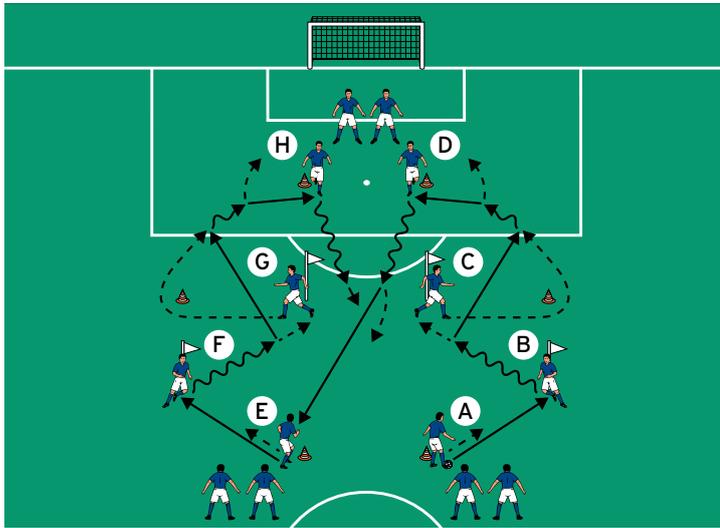


THEMA: TEMPODRIBBLING



AUFWÄRMEN 2:

GETIMT DRIBBELN UND PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 4 weitere Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der jeweils erste Spieler bei A hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt auf B, der diagonal nach innen dribbelt.
- ▶ Gleichzeitig umläuft C das Hütchen.
- ▶ B passt in den Lauf von C, der kurz an- und mitnimmt und auf D weiterleitet.
- ▶ D nimmt nach vorne an und mit und passt diagonal zu E weiter.
- ▶ Anschließend führen E, F, G und H die gleiche Aktion auf der jeweils anderen Seite durch.
- ▶ Abschließend passt H zum jeweils nächsten Spieler bei A, der die nächste Aktion startet usw.
- ▶ Alle Spieler rücken jeweils eine Position weiter.

VARIATIONEN

- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und E haben je 1 Ball: Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen.
- ▶ B und F dribbeln zu C bzw. G und übergeben dort den Ball.
- ▶ 2 Teams bilden und einen Wettbewerb durchführen: D und H dribbeln abschließend über eine Ziellinie. Der Spieler, der die Linie zuerst überquert, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf das rechtzeitige Losstarten von C und G achten.
- ▶ Darauf achten, dass die beiden Passempfänger aktiv in die Zuspiele von B bzw. F starten und nicht zu früh in die Spitze laufen.
- ▶ Blickkontakt bei den Zuspielen fordern.