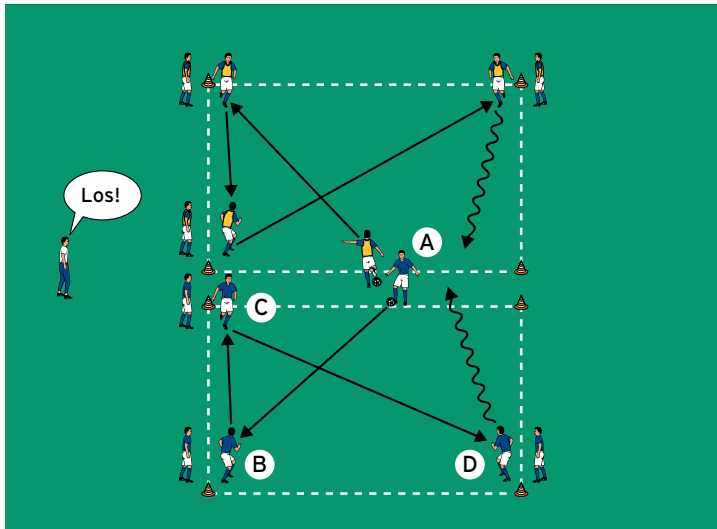


THEMA: ZWEIKÄMPFE GEWINNEN UND SOFORT UMSCHALTEN



AUFWÄRMEN 2:

ZIEL-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando passen sich die Spieler in der vorgegebenen Reihenfolge zu:
- ▶ A passt zu B, der auf C weiterleitet.
- ▶ Danach passt C auf D, der abschließend in den Raum zwischen den Feldern dribbelt.
- ▶ Der Spieler, der den Zwischenraum zuerst erreicht, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen sich mit genau 2 Kontakten zuspielen (annehmen, passen).
- ▶ D muss eine vorgegebene Finte ins Dribbling einbauen (z. B. Schere, Übersteiger usw.).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Positionen C und D sollten jeweils doppelt besetzt sein.
- ▶ D kann nach seinem Dribbling die nächste Aktion bereits aus dem Zwischenraum starten.
- ▶ Auf präzise Zuspiele achten: Geht ein Zuspiel am Passempfänger vorbei, kann das jeweils andere Team ohne Zeitdruck zu Ende passen und sich den Punkt sichern.