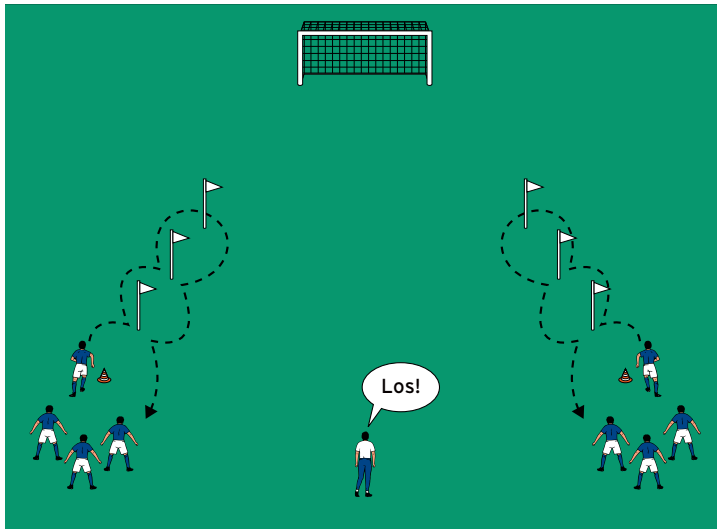


## THEMA: MIT EINFACHEN DRIBBELAUFGABEN ZUM ERFOLG



### AUFWÄRMEN 1:

#### STANGEN-TICKEN-STAFFEL

##### ORGANISATION

- ▶ 1 Jugendtor aufstellen
- ▶ 6 Stangen und 2 Starthütchen gemäß Abbildung errichten
- ▶ Die Spieler am Starthütchen postieren

##### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando starten die ersten Spieler, berühren sowohl auf dem Hin- als auch dem Rückweg alle Stangen und klatschen den nächsten Spieler ab.

##### VARIATIONEN

- ▶ Einen Staffelwettbewerb durchführen.
- ▶ Von der dritten Stange zur ersten Stange, dann zur zweiten Stange und zurück zum Start laufen.
- ▶ Rückwärts laufen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Staffelwettbewerbe sorgen für Tempo.
- ▶ Schnelligkeit hat im Fußball eine große Bedeutung.
- ▶ In allen Trainingsformen auf ein spielerisches Vermitteln achten.