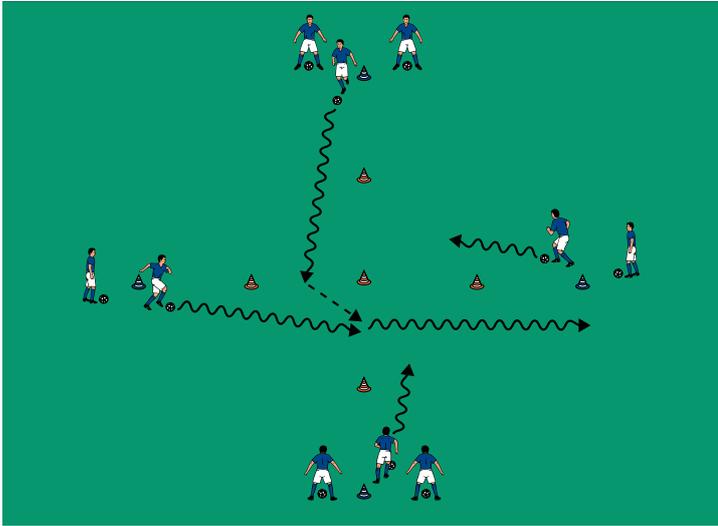


THEMA: DRIBBELFÄHIGKEITEN ALS BASIS



AUFWÄRMEN 2:

FIRST-TOUCH-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Organisation beibehalten

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler starten gleichzeitig und dribbeln in das rechte/linke Hütchentor des „Sterns“, wo sie den Ball stoppen.
- ▶ Anschließend nehmen sie den nächsten Ball mit und dribbeln zum gegenüberliegenden Starthütchen.

VARIATIONEN

- ▶ Den übernächsten Ball mitnehmen und zum eigenen Starthütchen zurückdribbeln.
- ▶ Wettbewerb: Welcher Spieler absolviert die Aufgabe am schnellsten?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass sich die jeweils ersten Spieler hinsichtlich des gemeinsamen Starts abstimmen.
- ▶ Den Ball mit der Fußsohle sauber stoppen.
- ▶ Den neuen Ball mit dem ersten Kontakt kontrolliert ins Dribbling mitnehmen.