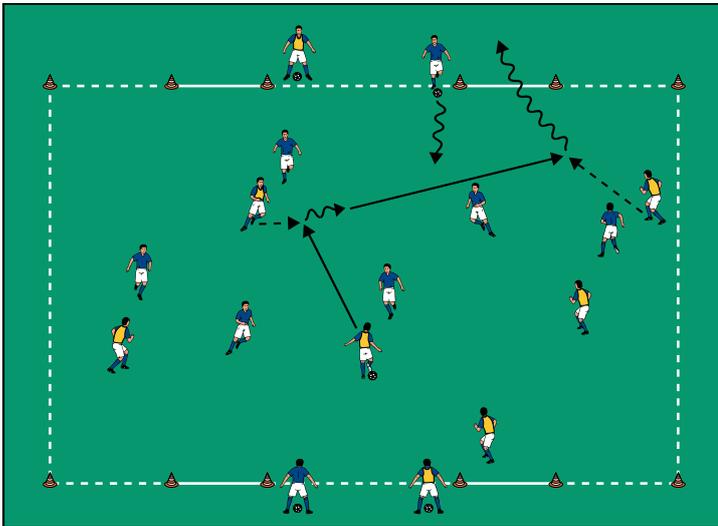


## THEMA: AUCH BEI DEN GROSSEN REGELMÄSSIG DAS DRIBBELN TRAINIEREN



### HAUPTTEIL 1:

#### ZEITWEILIGE ÜBERZAHL

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 30 Meter großes Spielfeld markieren
- ▶ Auf beiden Grundlinien je zwei 2 Meter große Hütchentore aufstellen
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jeweils 2 Spieler je Team mit Ball neben diagonal gegenüberliegenden Hütchentoren postieren

##### ABLAUF

- ▶ Zu Beginn spielen die Mannschaften im 5 gegen 5 auf die Hütchentore.
- ▶ Punkte können erzielt werden, indem ein Spieler durch eines der 4 Hütchentore dribbelt.
- ▶ Gelingt dies, so wechselt dieser Spieler mit dem jeweils wartenden Spieler die Position, sodass zeitweise eine Über-/Unterzahl-Situationen entstehen kann.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt die meisten Punkte?
- ▶ Spieldauer: 3-mal 7 Minuten.

##### VARIATIONEN

- ▶ Tore in Unterzahl zählen doppelt.
- ▶ Jede Mannschaft verteidigt 2 Hütchentore und greift auf die beiden anderen an.
- ▶ Leistungsschwächere Mannschaften können die Tore auch durchspielen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen sich ständig auf neue Situationen einstellen!
- ▶ Es darf nicht zweimal hintereinander das gleiche Tor durchdribbelt werden.