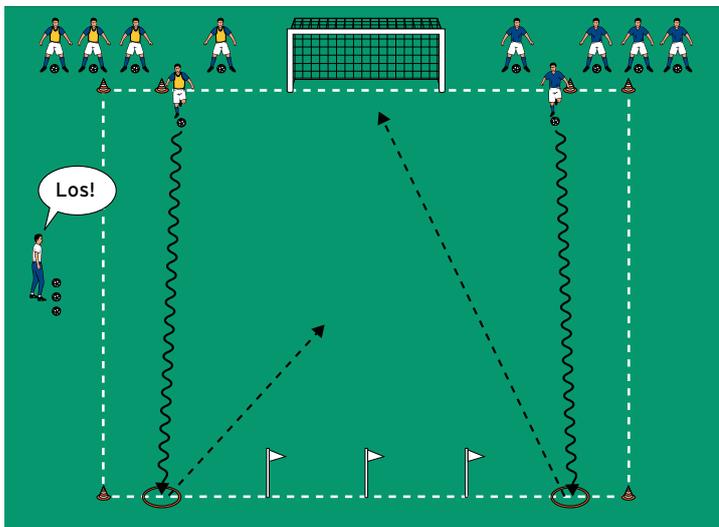


## THEMA: AUF TEMPO KOMMEN



### SCHLUSSTEIL:

### REIFEN-DRIBBLING MIT SPIEL

#### ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 20 Meter großes Feld markieren.
- ▶ Auf einer Grundlinie 1 Tor und 2 Starthütchen errichten.
- ▶ Auf der anderen Grundlinie zwei Reifen sowie einen Slalom mit 3 Stangen platzieren.
- ▶ 2 Teams bilden und mit Bällen je 1 Starthütchen zuteilen.

#### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die jeweils ersten Spieler zum Reifen.
- ▶ Der Spieler, der seinen Ball zuerst im Reifen stoppt, erhält einen Punkt für sein Team.
- ▶ Den Vorgang solange wiederholen, bis alle Spieler zum Reifen gedribbelt sind.
- ▶ Anschließend startet ein 5 gegen 5, wobei das Team mit den meisten Punkten auf das Tor angreift.
- ▶ Das andere Team stellt einen Torhüter und kontert bei Ballgewinn auf die Stangentore des Slaloms.

#### VARIATIONEN

- ▶ Zunächst mit Ball in der Hand sprinten und in den Reifen legen.
- ▶ Distanz und Position der Reifen verändern.
- ▶ Wettbewerb: Welches Team gewinnt die meisten Spiele?
- ▶ Gegen Ende des Trainings 'frei' spielen lassen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem Reifen-Dribbling den Ball neben den Reifen legen und ins Feld laufen.
- ▶ Mehrere Durchgänge mit einer Spielzeit von jeweils 5 Minuten spielen.