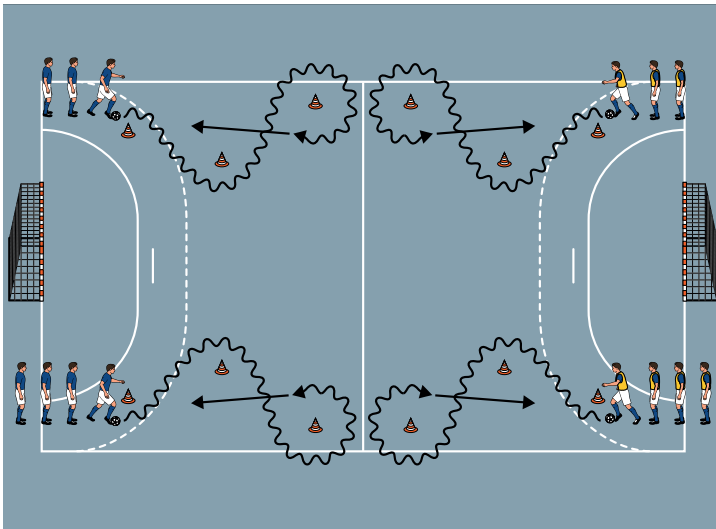


THEMA: IN DER HALLE BEIDFÜSSIG DRIBBELN LERNEN



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBELN UND PASSEN IM SLALOMPARCOURS

ORGANISATION

- ▶ 4 Slalomparcours errichten.
- ▶ 4 Gruppen einteilen und mit je 1 Ball den Parcours zuweisen.

ABLAUF

- ▶ Der jeweils erste Spieler dribbelt durch die Hütchentore und passt zum jeweils nächsten Mitspieler am eigenen Starthütchen.
- ▶ Dieser nimmt in den Slalomparcours mit usw.

VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen bzw. dribbeln.
- ▶ Verschiedene Geschicklichkeitsaufgaben stellen (z. B. mit jedem Schritt den Ball berühren, beim Dribbeln die Hände nach vorne ausstrecken, im Wechsel rechts und links auf den Boden fassen usw.).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Parcours so errichten, dass sowohl mit rechts als auch mit links gepasst werden muss. Nach einer Weile die Parcours wechseln.
- ▶ Als Ballbesitzer vollständig zum Passempfänger aufdrehen (Standbein in Schussrichtung) und Blickkontakt aufnehmen.
- ▶ Beim Dribbeln auf eine enge beidfüßige Ballführung achten!