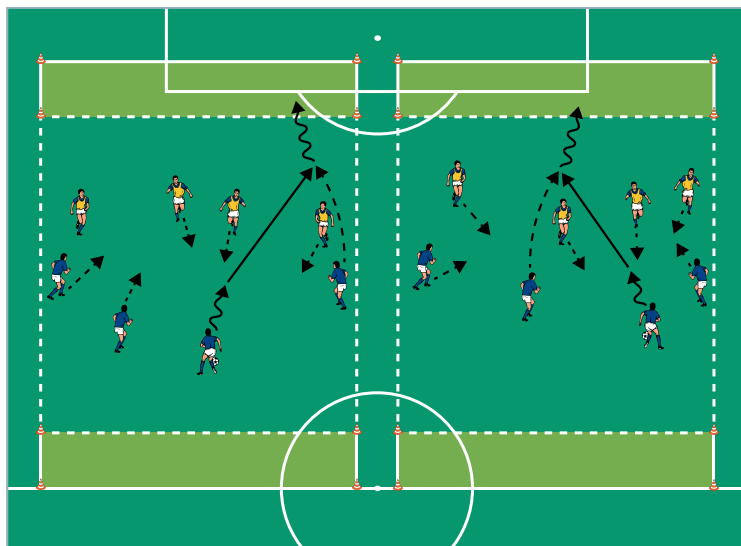


HAUPTTEIL 1:

Spiel mit Zonen-Dribbling

von Frank Engel (23.02.2016)



Organisation

- Die Felder und die Gruppen beibehalten
- Die Zonen in der Feldmitte entfernen
- Hinter den Grundlinien je eine 5 Meter tiefe Endzone errichten
- Pro Gruppe 2 Mannschaften bilden

Ablauf

- 4 gegen 4 im Feld.
- Die Ballbesitzer versuchen, jeweils in die gegnerische Endzone zu dribbeln.

Variationen

- Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren (Ausnahme: Dribbling in die Endzone).
- Die Mittellinien markieren. Die Spieler dürfen nicht mehr in die eigene Hälfte zurücklassen.
- Die Ballbesitzer müssen mit 3 Pflichtkontakten agieren.
- Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.

Tipps und Korrekturen

- Die Zuspiele jeweils selbstbewusst mit dem ersten Kontakt in offener Stellung nach vorne in die Bewegung an- und mitnehmen.
- Die Ballbesitzer zu zielstrebigem Dribbling in die gegnerische Endzone ermutigen.
- Als Ballbesitzer versuchen, durch geschickte Dribblings einen oder mehrere Gegenspieler zu binden und so gezielt Räume für schnelle Zuspiele zum Mitspieler freizuziehen.