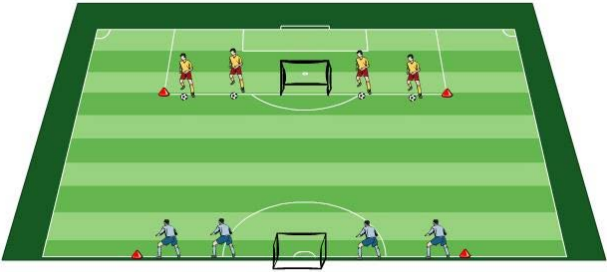


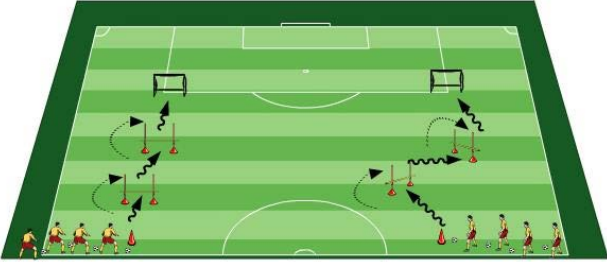






<p>Aufwärmen: Chaosspiel</p>	<p>Organisation</p>
	<p>Beschreibung:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 4:4 mit 4 Bällen auf 2 Toren ● nach Torerzielung ist der Ball aus dem Spiel, bis alle Bälle verwendet wurden ● danach Neustart <p>Coachingpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● die Kinder zum Dribbling ermutigen ● gemeinsames agieren in Offensive und Defensive aller Spieler ● freien Raum erkennen ● Schnelle Reaktion auf veränderte Spielsituation <p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● im 3:3 oder im 4:4 spielen
<p>Hauptteil 1: Dribbeltore Wettkampf 1</p>	<p>Organisation</p>
	<p>Beschreibung:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● In einem Viereck sind 6 Dribbeltore aufgebaut und jedes Kind hat einen Ball ● Ziel ist es, so viel wie mögliche Tore in einer Minute zu durch dribbeln ● Es darf nicht zweimal hintereinander das gleiche Tor durch dribbelt werden <p>Coachingpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● die Kinder zum Dribbling ermutigen ● temporeiches und dynamisches Dribbling einfordern ● freien Raum erkennen ● Pausen beachten (die Belastung der Kinder ist sehr hoch) <p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Es muss abwechselnd ein rotes und blaues Tor durchdribbelt werden ● Ball darf nur mit dem schwachen Fuß geführt werden ● Dribbelpaare bilden mit einem oder zwei Bälle



<p>Spielform 1: 4:4 auf 2 Mini- und 2 Dribbeltore</p>	<p>Organisation</p>
	<p>Beschreibung:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● 4:4 auf 2 Mini- und 2 Dribbeltore ● 20 x 30 m <p>Coachingpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Anspielstationen in Breite und Tiefe schaffen ● Freien Raum erkennen ● Spielverlagerung einfordern <p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mit einem Miniball spielen
<p>Hauptteil 2: Komplexübung mit Torschuß</p>	<p>Organisation</p>
	<p>Beschreibung:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Ballführen und Dribbling in unterschiedlichen Variationen ● Andribbeln und den Ball unter der Hürde vorbei spielen und der Spieler umkurvt die Hürde und nimmt anschliessend folgt die Ballmithanne mit Torabschluss <p>Coachingpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● auf enge Ballführung achten ● Beidbeinigkei einfordern ● temporeiches und dynamisches Dribbling <p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none"> ● mit einem Miniball die Übung durchführen ● als Wettkampf organisieren



Spielform 2: 3:3 plus 2 Anspieler	Organisation
	<p>Beschreibung:</p> <ul style="list-style-type: none">● 3:3 plus 2 Anspieler● Tore dürfen erst dann erzielt werden, wenn die Anspieler angespielt wurden und sich das Angriffsrecht erworben wurde <p>Coachingpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none">● Richtiges Freilaufen und Anbieten● Anspielstationen in Breite und Tiefe schaffen● Anspieler nicht zustellen● aus dem Deckungsschatten des Gegners lösen● zügiger Torabschluss● Freien Raum erkennen und nutzen● Verwendung des richtigen Spielbeins <p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none">● im 2:2 oder 4:4 spielen● mit 3 oder 4 Anspielern spielen
Ausklang: Jonglierwettkampf	Organisation
	<p>Beschreibung:</p> <ul style="list-style-type: none">● im freien Feld den Ball jonglieren● Wer in 1 Minute die meisten Wiederholungen schafft, bekommt einen Punkt● Der- oder diejenige mit den meisten Punkten gewinnt <p>Coachingpunkte:</p> <ul style="list-style-type: none">● Fuß fixiert halten● Ball nicht über den Kopf spielen <p>Variationen:</p> <ul style="list-style-type: none">● mit einem Miniball jonglieren● mit dem schwachen Fuß jonglieren● mit dem Kopf jonglieren● im strengen Wechsel jonglieren