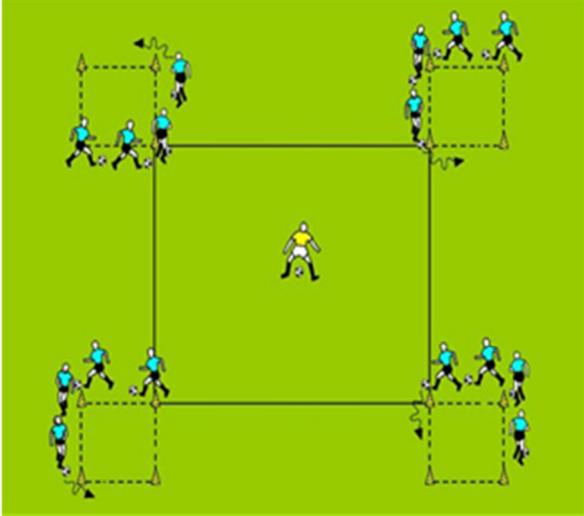


Übung des Monats 05/2021

<u>Organisation</u>	<u>Ablauf</u>	<u>Variationen/Bemerkungen</u>
<p style="text-align: center;"><u>Dribbeltechniktraining mit Wettspielen</u></p>  <p style="font-size: small;">Quelle: dfb-online www.training-wissen.dfb.de</p> <p>Spielfeld 4 Quadrate mit ca. 4 m Seitenlänge werden quadratisch angeordnet, Entfernung der Quadrate ca. 15 m</p>	<p>Der Trainer wechselt zwischen Dribbeltechnikaufgaben mit Wettbewerben und Teamaufgaben.</p> <p>Dribbeltechnikwettbewerbe: Die Kinder befinden sich mannschaftsweise in den kleinen Quadraten. Der Trainer stellt eine Dribbeltechnik zum Umdribbeln des Quadrates vor (Beispiel: Innenseite rechts). Die Kinder üben die Aufgabe kurz (zwei bis drei Runden) und dribbeln wieder in ihr kleines Quadrat. <u>Wettbewerb:</u> Auf Kommando des Trainers müssen sie im Fließbandbetrieb 2 Runden um ihr Quadrat dribbeln. Welche Mannschaft sitzt zuerst wieder im kleinen Quadrat?</p> <p>Spiel zum Orientierungsvermögen: <u>Wettbewerb:</u> Alle Kinder und der Trainer dribbeln im Innenquadrat, die Kinder müssen eine Teamaufgabe lösen, während der Trainer eine Runde außen um das große Feld dribbeln muss. Wer ist schneller fertig?</p> <p>Aufgaben der Kinder:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Die Kinder dribbeln in die Außenquadrate, aber es dürfen nicht mehr Kinder als die Gesamtzahl: 4 in ein Quadrat dribbeln. - Die Kinder dribbeln in die Außenquadrate, aber von jeder Farbe darf nur ein Kind in die Quadrate. - In den Außenquadraten dürfen sich nur Kinder einer Farbe befinden 	<p>Lernziel</p> <ul style="list-style-type: none"> - Erlernen von einfachen Richtungsänderungen mit der Innen- und Außenseite - Förderung der Orientierungsfähigkeit und Kooperationsfähigkeit <p>Übungsdauer ca. 20 Minuten</p> <p>Gerätebedarf</p> <ul style="list-style-type: none"> - 16 Markierungshütchen - Jedes Kind einen Ball - 4 Mannschaften farblich kennzeichnen