

TE/TA 2015-2016: Dribbling

Spiel Nr. 1

Mit den Hütchen drei Zonen bilden:

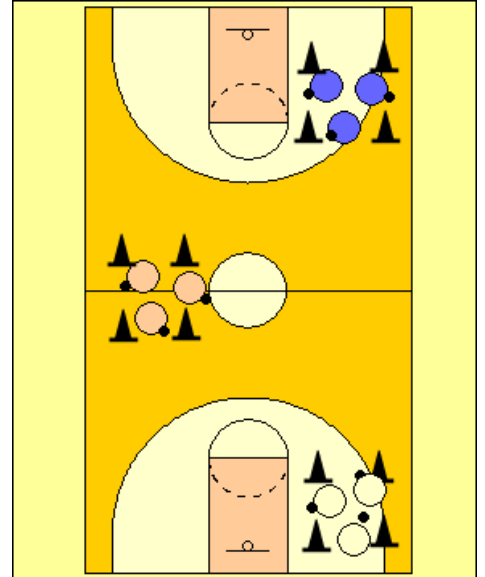
- 1) Die Füchse sind in ihrem Fuchsbau und müssen die Hühner fangen.
- 2) Die Hühner sind in ihrem Hühnerstall und müssen die Schlangen mit ihrem Schnabel picken.
- 3) Die Schlangen sind in ihrem Schlangennest und müssen die Füchse beißen.

Fangis mit 3 Teams. Beim Signal des Coachs kommen die Tiere aus ihren Behausungen und versuchen die anderen zu fangen: Füchse → Hühner → Schlangen → Füchse

Wenn ein Tier gefangen (berührt) wird, geht es in die Behausung desjenigen Tiers, von dem es gefangen wurde. Es führt dort eine Ballhandling-Übung aus und darf danach entkommen und weiterspielen.

Variante

- Die Tiere dürfen eines der ihren befreien, in dem sie es an der Hand nehmen und es aus der Behausung führen.



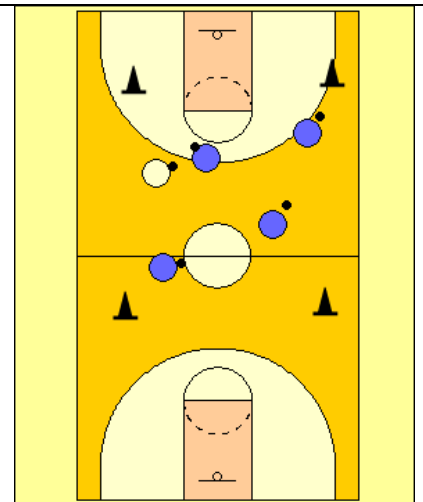
Spiel Nr. 2

Die Kinder spielen Fangis. Um ein Schaf zu fangen, muss man es mit dem Schaumgummiball berühren. Das berührte Schaf wird zum Wolf, der Wolf wird zum Schaf.

Eine genügende Anzahl an Wölfen einsetzen oder mehrere Spielzonen einrichten, so dass alle Kinder aktiv sind.

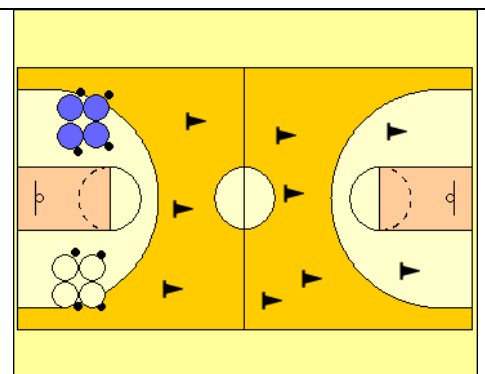
Variante

- Die Wölfe haben einen anderen Ball. Wenn ein Schaf berührt wird, gibt ihm der Wolf seinen Ball.
- Die Wölfe fangen die Schafe, indem sie ihnen den Schaumgummiball anwerfen. Kann das Schaf den Schaumgummiball fangen (oder abblocken), wirft es ihn auf den Boden und bleibt ein Schaf.



Spiel Nr. 3

Hütchen im Feld platzieren und zwei Teams bilden. Auf Signal des Coachs wirft ein Team die Hütchen um, das andere stellt sie wieder auf. Wie viel Zeit benötigt das Team, welches die Hütchen umwirft, bis alle Hütchen am Boden liegen?

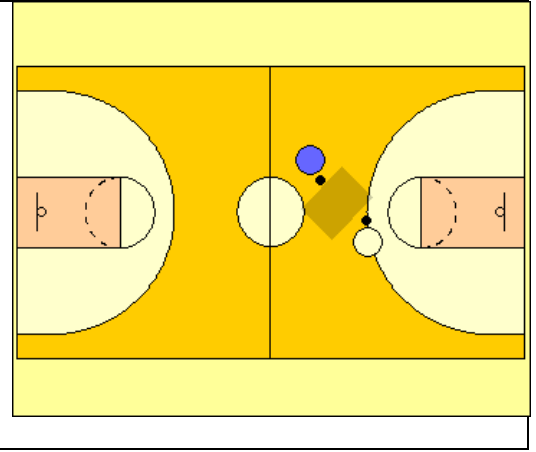


Spiel Nr. 4

Wettkampf zu zweit. Die Kinder stellen sich um eine Matte herum auf. Eines der Kinder ist Jäger, das andere ein Reh. Der Jäger muss das Reh berühren, indem er um die Matte herum dribbelt.

Variante

- Die Kinder dürfen über die Matte springen, aber nur mit einem oder sogar keinem Fuss auf die Matte treten.

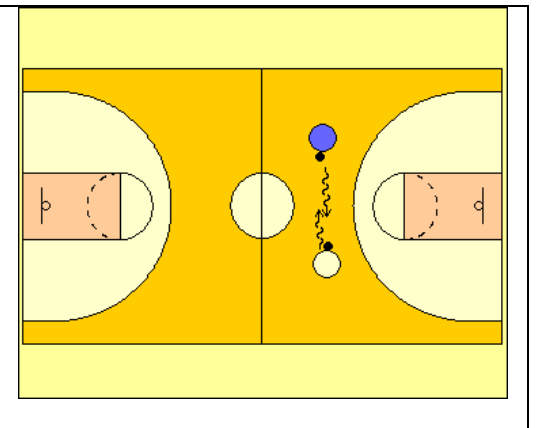


Spiel Nr. 5

Fechten spielen zu zweit. Der Coach gibt an, welches Bein vorne ist, und auch die Hand, mit welcher gedribbelt wird. Das als vorderes definierte Bein bleibt immer vorne. Das Kind, welches als erstes die Schulter des anderen Kindes berührt, gewinnt einen Punkt.

Variante

- Das Bein berühren.

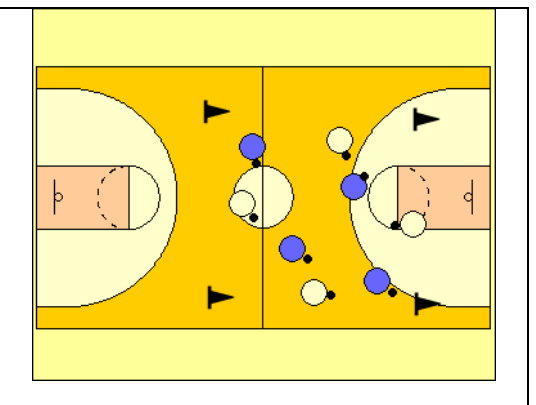


Spiel Nr. 6

Zwei Teams bilden. Beide Teams müssen den Rücken der Mitglieder des anderen Teams berühren. Wenn ein Kind berührt wird, muss es still stehen bleiben. Ein Mitspieler kann das still stehende Kind befreien, indem es ihm in die Hände klatscht. Welchem Team gelingt es, alle Spieler des anderen Teams lahm zu legen?

Variante

- Mit drei Teams spielen.



Spiel Nr. 7

- 1) Die Kinder rennen durch die Halle, dem Rhythmus eines Tamburins folgend.
- 2) Die Kinder bilden Zweiergruppen. Eines der Kinder wählt an Ort und Stelle einen Rhythmus, das andere Kind folgt diesem Rhythmus. Ziel: Eine Harmonie erreichen.
- 3) Die Rhythmen der Gruppen verbinden. Eine Anzahl an Wiederholungen für jede rhythmische Sequenz festlegen. Zunächst mit zwei Gruppen beginnen, dann mit 3, 4 usw.

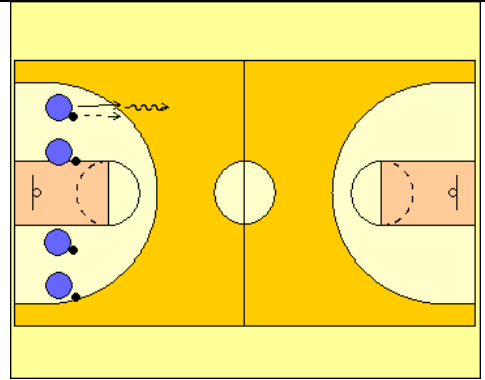
Dribbling (starten) aus dem Lauf heraus

Jedes Kind lässt den Ball auf dem Boden rollen, nimmt ihn mit beiden Händen auf und dribbelt.

Verlangen: Den Ball so schnell wie möglich (auf den Boden) dribbeln, den Ball mit beiden Händen aufnehmen, den Ball so lange wie möglich mit beiden Händen begleiten, die Schulter wirkt mit.

Variante

- Den Ball aufspringen lassen anstatt ihn zu rollen.
- Den Ball in die Höhe werfen anstatt ihn zu rollen.



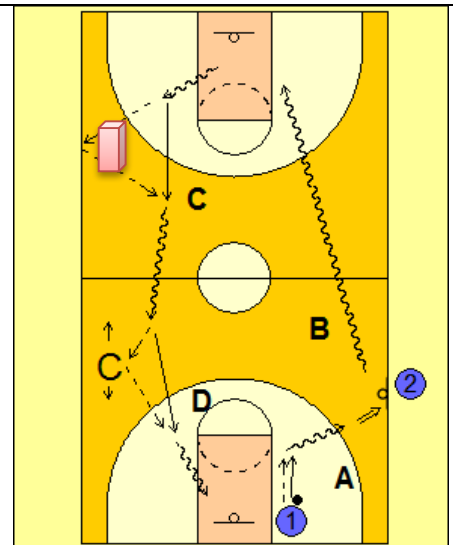
Dribbling (starten) aus dem Lauf heraus

A: 1 lässt den Ball am Boden rollen, nimmt ihn auf, dribbelt und wirft auf den Korb auf der Seite.

B: Sobald der Ball im Korb ist, wirft 1 den Ball ein und passt in den Lauf von zwei. 2 verlangt den Ball mit einer Hand, fängt den Ball mit zwei Händen und dribbelt sofort. 2 macht einen Korb.

C: 2 nimmt den Rebound, wirft den Ball an den Kasten und nimmt ihn mit zwei Händen an und startet mit dem Dribbling.

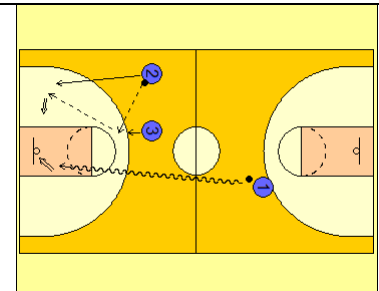
D: 2 passt den Ball zum Coach, welcher den Ball zurückpasst (give and go). 2 verlangt den Ball mit einer Hand, nimmt den Ball mit beiden Händen an, dribbelt sofort und macht einen Korb. Der Coach verschiebt seine Position, so dass sich die Kinder anpassen müssen (unterschiedliche Anzahl Schritte zum Korb).



Gegenstoss-Dribbling

1 dribbelt im Gegenangriff zum Korb. Sobald 1 die Mittellinie überquert, spielt 2 mit 3 give and go und wirft auf den Korb.

Wer trifft zuerst?



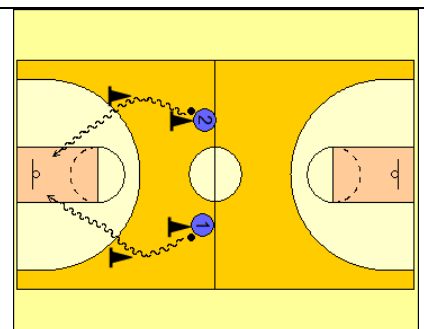
Richtungswechsel

1 startet mit Dribbling, macht einen Handwechsel und geht zum Korb.

Handwechsel:

- Für die Finte: Das linke Bein aufsetzen, dabei mit der linken Hand dribbeln.
- Den Ball zum rechten Fuss zurückbringen / dribbeln.
- Mit dem rechten Fuss (neu) starten und nun mit der rechten Hand dribbeln.

Zu Beginn: 4-5 Dribblings während des Handwechsels. Die Endform sind jedoch zwei Dribblings: Eines beim Aufsetzen des linken Beins für die Finte, das zweite hin zum rechten Bein.



Ballhandling

- Demonstration in der Halle