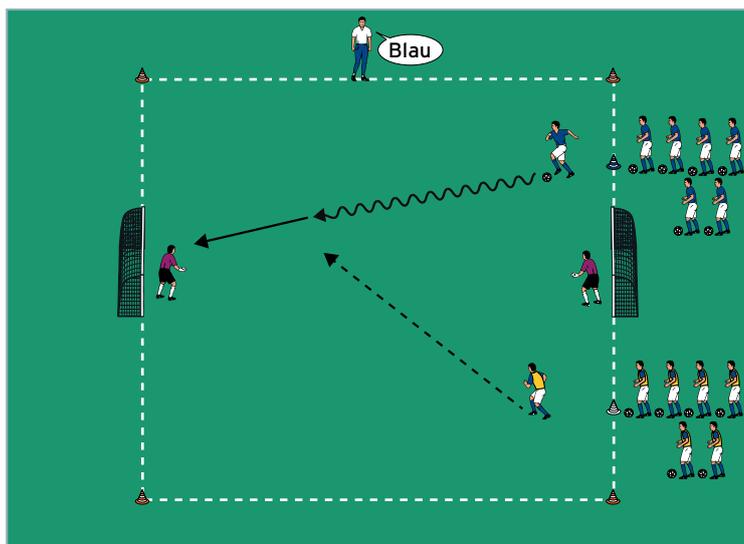


# HAUPTTEIL 1: Einfaches Tempo-Dribbling

von Mario Vossen (23.08.2016)



## Organisation

- Ein 30 x 30 Meter großes Spielfeld markieren
- Auf jeder Grundlinie ein Tor mit Torhüter aufstellen
- Neben einem Tor 2 verschiedenfarbige Starthütchen markieren
- 2 Teams einteilen und jedes Team mit Bällen an einem Starthütchen postieren

## Ablauf

- Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er die Farbe eines Starthütchens aufruft.
- Der erste Spieler vom aufgerufenen Starthütchen dribbelt als Angreifer ins Feld und versucht beim Tor gegenüber einen Treffer zu erzielen.
- Gleichzeitig läuft der erste Spieler vom anderen Starthütchen als Verteidiger ins Feld, versucht den Ball zu erobern und auf das andere Tor zu kontern.

## Variationen

- Der Spieler vom nicht aufgerufenen Hütchen dribbelt als Angreifer ins Feld.
- Der Trainer zeigt die Hütchenfarbe mit Hütchen optisch an.
- Wird der Ball zu schnell verspielt, ruft der Trainer einen Torhüter auf, der einen weiteren einspielt.

## Tipps und Korrekturen

- Jedes 1 gegen 1 so lange laufen lassen bis ein Treffer erzielt oder der Ball ausgespielt wurde. Maximal eine Minute spielen lassen.
- Hält ein Torhüter einen Ball, spielt er den Verteidiger an und das Spiel läuft weiter.
- Gegebenenfalls eine Mittellinie markieren, die die Spieler vor dem Torschuss überdribbeln müssen.
- Als Angreifer den Ball weiter vorlegen und so schneller dribbeln.