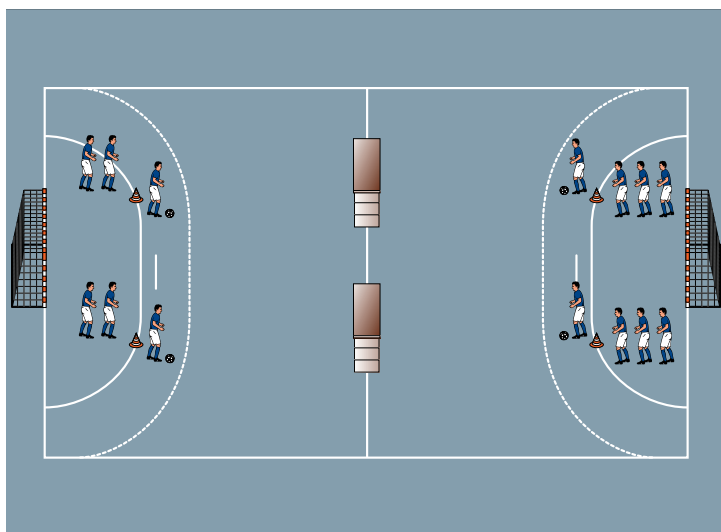
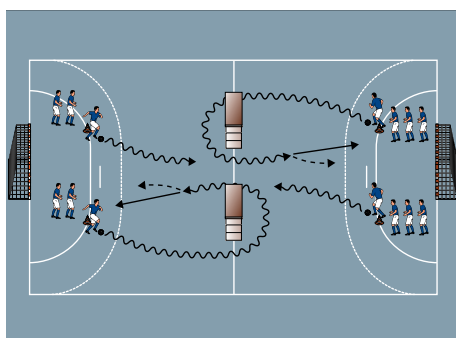


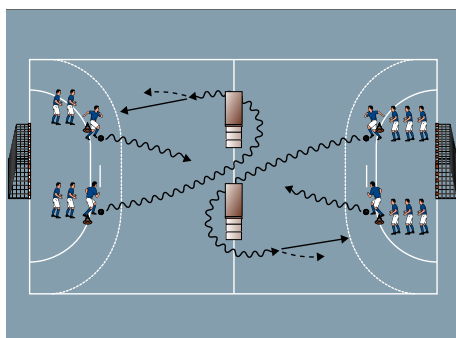
THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



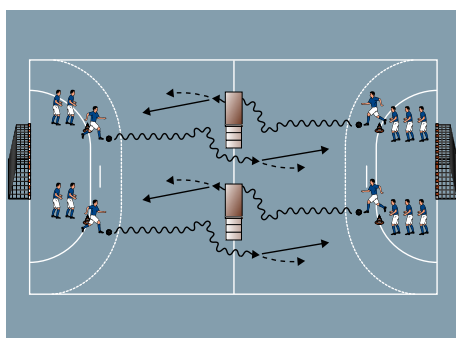
Übung 1



Übung 2



Übung 3



AUFWÄRMEN 1:

KASTEN-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Auf der Mittellinie zwei Kästen positionieren
- ▶ Auf jeder Strafraumlinie zwei Starthütchen markieren
- ▶ Die Spieler mit einem Ball pro Gruppe an die Starthütchen verteilen

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die ersten Spieler umdribbeln den Kasten, passen zum nächsten Spieler am Starthütchen und laufen dem Ball nach.
- ▶ Der nächste Spieler nimmt das Zuspiel an und mit

ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Wie Übung 1, nur jetzt dribbeln die Spieler diagonal zum anderen Kasten, umdribbeln den Kasten und passen zum nächsten Spieler am naheliegenden Starthütchen.

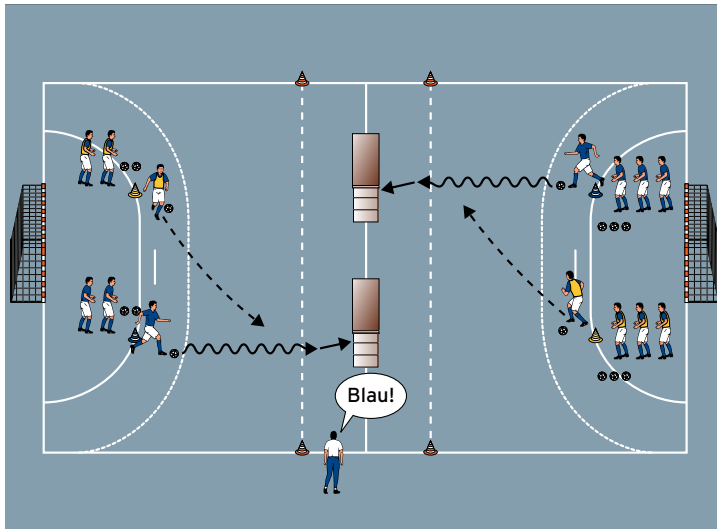
ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Die Spieler fintieren vor dem Kasten nach rechts und spielen das gegenüberliegende Starthütchen an, bevor sie ihrem Passweg folgen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei sich kreuzenden Lauf-, Dribbel- und Passwegen in die freien Räumen orientieren.
- ▶ Lauf-, Dribbel- und Passwege immer weiter variieren und die Spieler so immer wieder neu fordern.
- ▶ Bei Übung 3 Körpertäuschungen, einfache/-doppelte Übersteiger oder Rivelino-Tricks als Finten vorgeben.

THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



AUFWÄRMEN 2:

FANG-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Starthütchen auf einer Seite haben unterschiedliche Farben
- ▶ Vor und hinter den Kästen eine 5 Meter breite Schusszone markieren

ABLAUF

- ▶ Der Spieler ruft eine Farbe, worauf die genannten die Spieler loslaufen und auf den Kasten schießen.
- ▶ Die anderen beiden Spieler sind Fänger und versuchen den Schützen vor dem Schuss abzuschlagen.

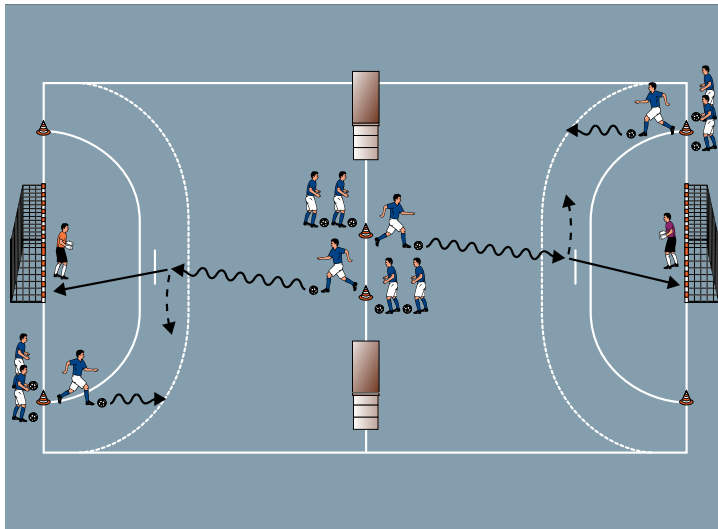
VARIATIONEN

- ▶ Die Distanz der Starthütchen zueinander vergrößern oder verkleinern.
- ▶ Der Spieler des aufgerufenen Starthütchens wird Fänger.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gültige Treffer beim Kasten sind nur innerhalb der markierten Schusszone möglich.
- ▶ Die Distanz der Starthütchen zueinander so wählen, dass der Fänger eine realistische Chance hat, den Dribbler abzuschlagen.

THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



HAUPTTEIL 1:

FRONTAL-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Auf der Mittellinie 2 Kästen und dazwischen 2 Starthütchen aufstellen
- ▶ Neben den Toren auf der Grundlinie auf jeder Seite ein weiteres Starthütchen positionieren
- ▶ Die Spieler besetzen mit Bällen die Starthütchen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler starten von der Mittellinie und schießen auf das Tor.
- ▶ Danach verteidigen sie die Kästen gegen die startenden Angreifer.
- ▶ Die Verteidiger kontern bei Ballgewinn auf das Tor mit Torhüter.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.

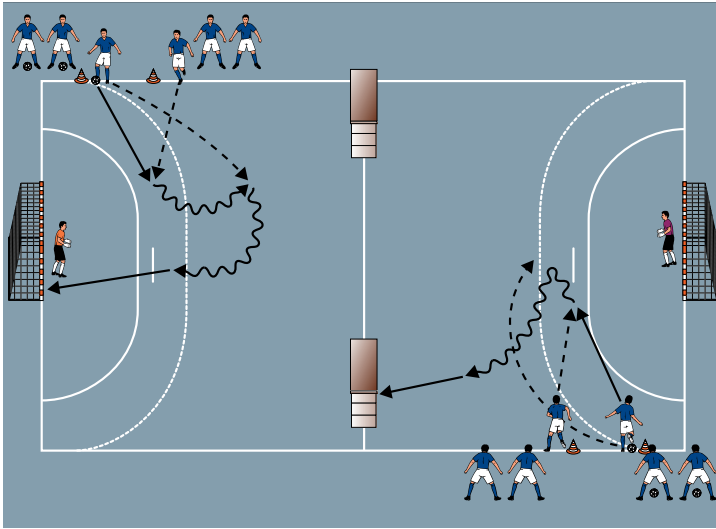
VARIATIONEN

- ▶ Vor den Kästen eine Schusszone markieren, die überdribbelt werden muss.
- ▶ Nach einem Treffer auf den Kasten, greift der Angreifer direkt auf das Tor an.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jedes 1 gegen 1 läuft so lange bis ein Tor erzielt oder der Ball verspielt ist.
- ▶ Gehaltene Bälle beim Torschuss rollen die Torhüter zum seitlichen Starthütchen.

THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



HAUPTTEIL 2:

SEITLICHES 1 GEGEN 1

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Auf einer Seitenlinie in jeder Hallenhälfte 2 Starthütchen nebeneinander aufstellen
- ▶ Die Spieler besetzen die Starthütchen, die Spieler an den tornahen Hütchen sind in Ballbesitz

ABLAUF

- ▶ Der Ballbesitzer passt seinem Mitspieler in den Lauf, hinterläuft ihn und wird Verteidiger.
- ▶ Der Passempfänger greift im 1 gegen 1 auf die beiden Kästen an.
- ▶ Die Verteidiger kontern bei Ballgewinn auf das Tor.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.

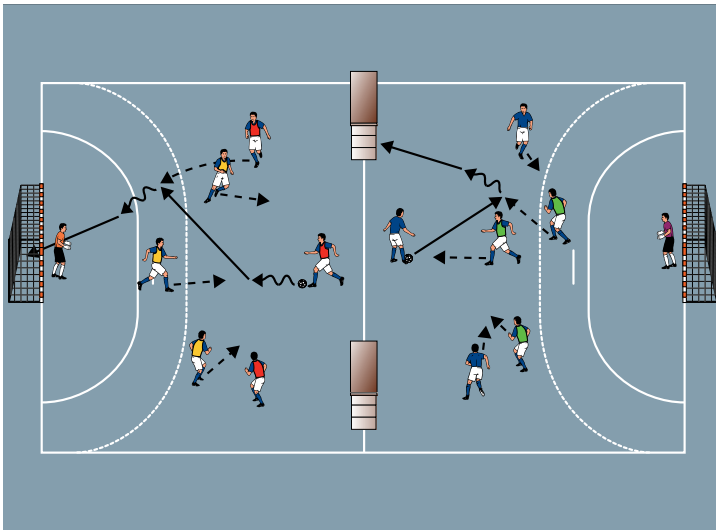
VARIATIONEN

- ▶ Richtungswechsel: Bleibt der Angreifer nach einem Kastentreffer in Ballbesitz, greift er auf das Tor mit Torhüter an.
- ▶ Nach einem Treffer spielt der Trainer einen zweiten Ball ein.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeder Angriff läuft solange, bis ein Treffer erzielt oder der Ball verspielt ist.
- ▶ Nach einigen Durchgängen den Spielern mögliche Fintierbewegungen für ein erfolgreiches 1 gegen 1 demonstrieren.

THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



SCHLUSSTEIL:

MINI-HALLENTURNIER

ORGANISATION

- ▶ Auf der Mittellinie 2 Kästen aufstellen
- ▶ Die beiden Tore auf der Grundlinie mit einem Torhüter besetzen
- ▶ 4 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ Spiel im 3 gegen 3 auf jedem Spielfeld.
- ▶ Ein Team greift jeweils auf das Tor und das andere Team auf die Kästen an.
- ▶ Die Spielzeit beträgt jeweils 4 Minuten.
- ▶ Ein Turnier nach dem Modus "jeder gegen jeden" mit Hin- und Rückrunde spielen.

VARIATIONEN

- ▶ Nur einen Kasten auf der Mittellinie aufstellen.
- ▶ Die Kästen auf die Seitenlinie stellen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Hin- und Rückrunde spielen, damit jedes Team gegen jeden Gegner einmal auf das große Tor und einmal auf die Kästen spielt.
- ▶ Die Torhüter in den Toren spielen jeweils mit den Verteidigern zusammen.