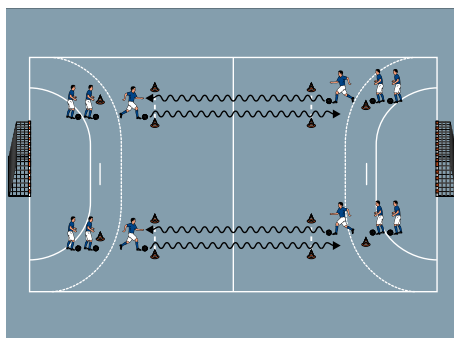
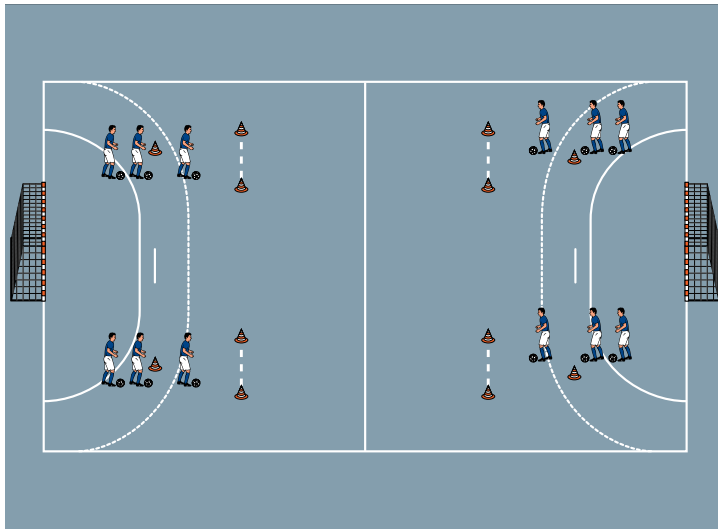
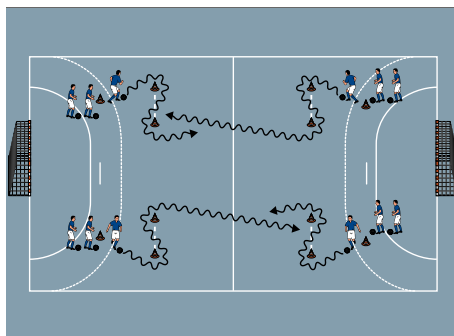


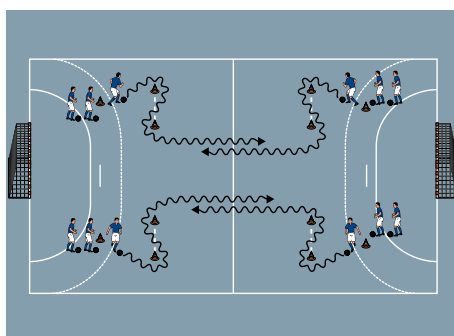
## THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



Übung 1



Übung 2



Übung 3

### AUFWÄRMEN 1:

## HÜTCHENTOR-DRIBBLING

### ORGANISATION

- ▶ Mit 4 Starhütchen ein 20 x 20 Meter großes Viereck markieren
- ▶ 5 Meter vor jedem Starhütchen ein 2 Meter breites Hütchentor aufstellen
- ▶ Die Spieler mit Bällen an die Starhütchen verteilen

### ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die ersten Spieler starten gleichzeitig und dribbeln durch die beiden Hütchentore zum gegenüberliegenden Starhütchen.
- ▶ Die nächsten Spieler starten, sobald die Vordermänner das andere Starhütchen erreicht haben.

### ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Wie Übung 1, nur jetzt durchdribbeln die Spieler von außen das erste Hütchentor.

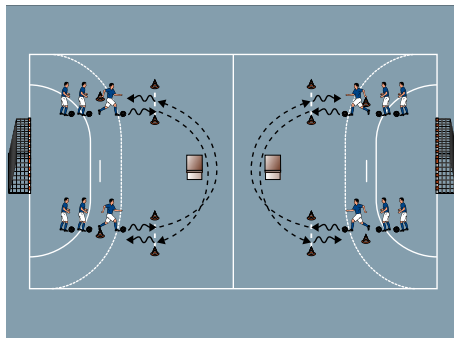
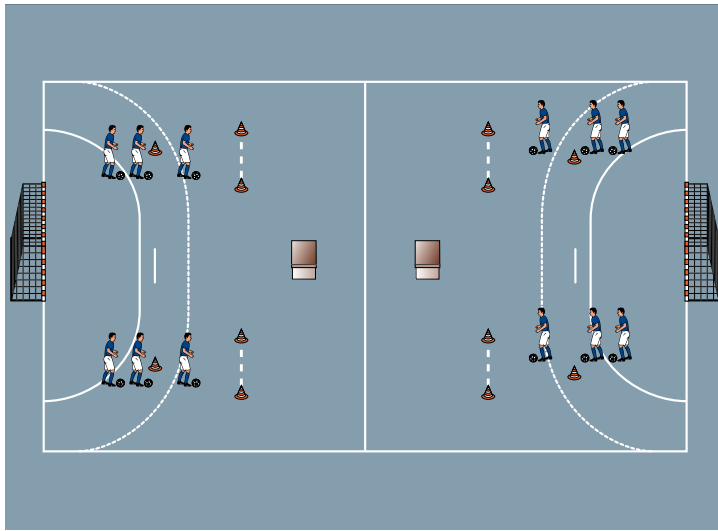
### ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Wie Übung 2, nur jetzt durchdribben die Spieler das erste Hütchentor von außen und das zweite Hütchentor von innen.

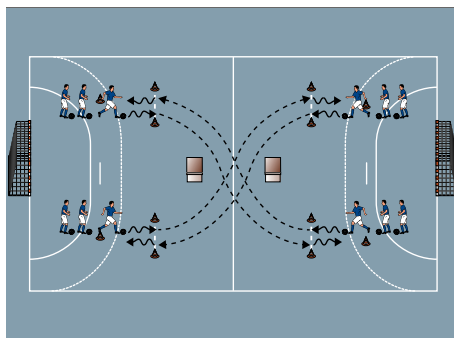
### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler nach einigen Durchgängen selbstständig starten lassen.
- ▶ Die Spieler sollen immer zielgerichtet beide Hütchentore durchdribbeln.
- ▶ In freien Räumen den Ball weiter vorlegen und schneller mit weniger Kontakten dribbeln.

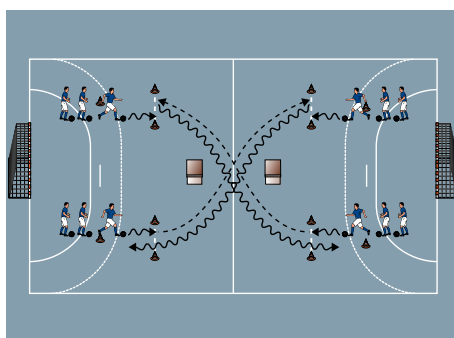
## THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



Übung 1



Übung 2



Übung 3

### AUFWÄRMEN 2:

## FIRST-TOUCH-DRIBBLING

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Mittig im Viereck zwischen den Starthütchen mit 2 Kleinkästen ein Tor aufstellen

### ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die ersten Spieler starten gleichzeitig, stoppen im Hütchentor, durchlaufen das Kleinkasten-Tor und dribbeln aus dem nebenstehenden Hütchentor zum Starthütchen nebenan.
- ▶ Die nächsten Spieler starten, sobald die Vordermänner das andere Starthütchen erreicht haben.

### ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Wie Übung 1, nur jetzt laufen die Spieler durch das Kleinkasten-Tor zum diagonal gegenüberliegenden Hütchentor und dribbeln dann zum diagonal gegenüberliegenden Starthütchen.

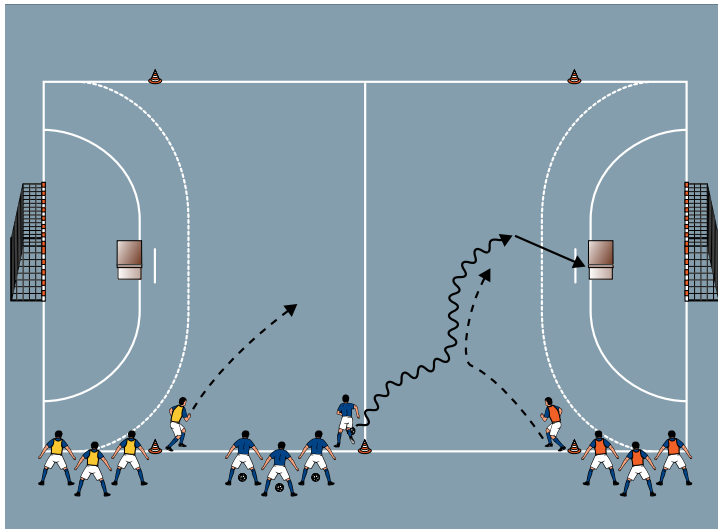
### ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Wie Übung 2, nur jetzt dribbeln die Spieler durch das Kleinkasten-Tor zurück zum eigenen Starthütchen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler starten nach einigen Durchgängen selbstständig.
- ▶ Im Kleinkasten-Tor orientieren, in freie Räume dribbeln und so den anderen Spielern ausweichen.
- ▶ Gegebenenfalls das Kleinkasten-Tor vergrößern, so mehr Dribbelraum schaffen und die Dribbelaufgabe erleichtern.

## THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



### HAUPTTEIL 1:

#### DREIER-DRIBBLING

##### ORGANISATION

- ▶ In der Halle ein 20 x 15 Meter großes Feld markieren und auf jeder Grundlinie einen Kleinkasten als Tor aufstellen
- ▶ Auf einer Seitenlinie 3 Starthütchen positionieren
- ▶ Die Spieler besetzen die Starthütchen, der erste hat jeweils einen Ball

##### ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler des mittleren Starthütchens dribbelt ins Feld und kann bei beiden Kleinkästen Treffer erzielen.
- ▶ Gleichzeitig laufen die ersten Spieler von den anderen beiden Starthütchen ins Feld, verteidigen den nahen Kleinkasten und kontern bei Ballgewinn auf den anderen Kleinkasten.
- ▶ Bei einem Treffer spielt der Spieler weiter, der den jeweiligen Kleinkasten verteidigt.

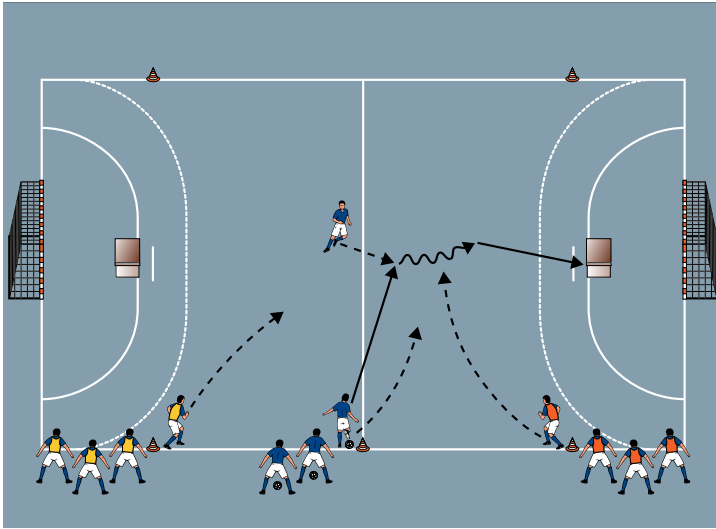
##### VARIATIONEN

- ▶ Bei einem Treffer greift der Schütze direkt den Kasten auf der anderen Seite an.
- ▶ Nach einem Treffer spielt der Trainer den nächsten Ball ein.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler agieren immer im 1 gegen 1 gegen 1 und werden zum mutigen Dribbling motiviert.
- ▶ Gegebenenfalls eine seitliche Hallenwand als Bande ins Spielfeld mit einbeziehen.

## THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



### HAUPTTEIL 2:

## ÜBERZAHL-DRIBBLING

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Der erste Spieler vom mittleren Starthütchen positioniert sich ohne Ball mittig im Feld

### ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler vom mittleren Starthütchen passt zum Mitspieler ins Feld und greift mit diesem zusammen auf beide Kleinkästen an.
- ▶ Gleichzeitig läuft der jeweils erste Spieler der anderen Starthütchen ins Feld und verteidigt seinen Kleinkasten.
- ▶ Bei einem Treffer spielt der Spieler weiter, der den jeweiligen Kleinkasten verteidigt. Bei einer Balleroberung kontert er ebenfalls auf den anderen Kleinkasten.

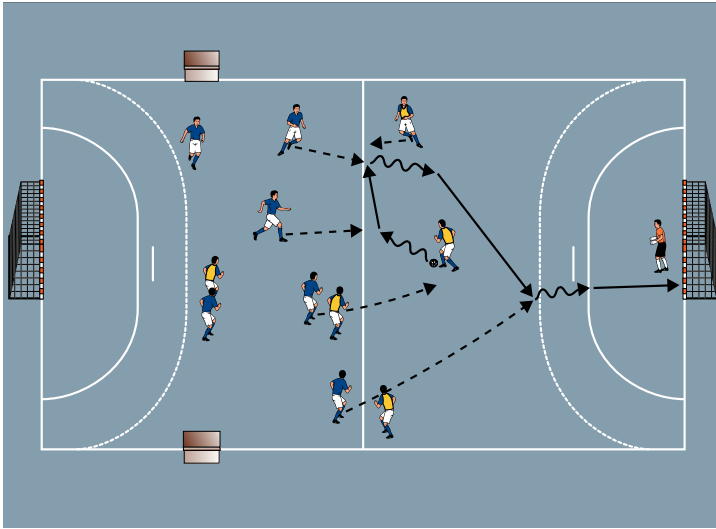
### VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer spielt nach einem Treffer den nächsten Ball ein.
- ▶ Alle Starthütchen sind mit Bällen besetzt und der Trainer ruft die Angreifer auf.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Spieler in der Mitte nach jedem Durchgang auswechseln.
- ▶ Die Teams tauschen regelmäßig die Startpositionen.

## THEMA: DIE HALLE ALS DRIBBELSCHULE



### SCHLUSSTEIL:

### KLEIN-/GROSSTOR-ANGRIFF

#### ORGANISATION

- ▶ Die gesamte Halle als Spielfeld nutzen
- ▶ Auf einer Grundlinie ein Tor aufstellen
- ▶ In der torfernen Hallenhälfte auf jeder Seitenlinie einen Kleinkasten als Tor aufstellen
- ▶ 2 Teams einteilen, eines stellt den Torhüter

#### ABLAUF

- ▶ Das Team, das den Torhüter stellt, greift auf beide Kleinkästen an und verteidigt das Tor.
- ▶ Das andere Team verteidigt die Kleinkästen und greift auf das Tor an.
- ▶ Aufgabenwechsel der Teams nach jeweils 5 Minuten.

#### VARIATIONEN

- ▶ Aufgabenwechsel der Teams nach jedem Treffer an den Kleinkästen.
- ▶ Mit maximal 3 Ballkontakten spielen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beim Spiel auf die Kleinkästen durch plötzliche Richtungswechsel freie Dribbelräume erspielen.
- ▶ Seitliche Hallenwände gegebenenfalls als Banden ins Spielfeld mit einbeziehen.