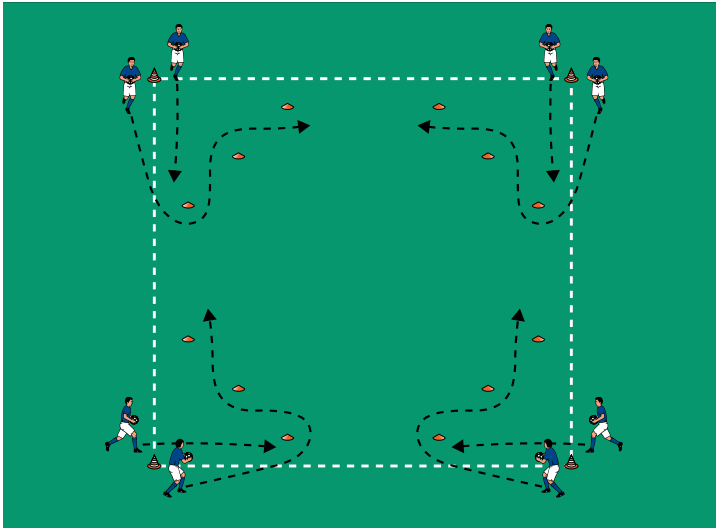


THEMA: DAS DRIBBELN IM PARCOURS VERBESSERN



AUFWÄRMEN 1:

SLALOM-PRELLEN

ORGANISATION

- ▶ Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren
- ▶ 4 Slaloms mit je 3 Hütchen gemäß Abbildung errichten
- ▶ Die Spieler mit Bällen den Eckhütchen zuordnen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler prellen durch die Slaloms.

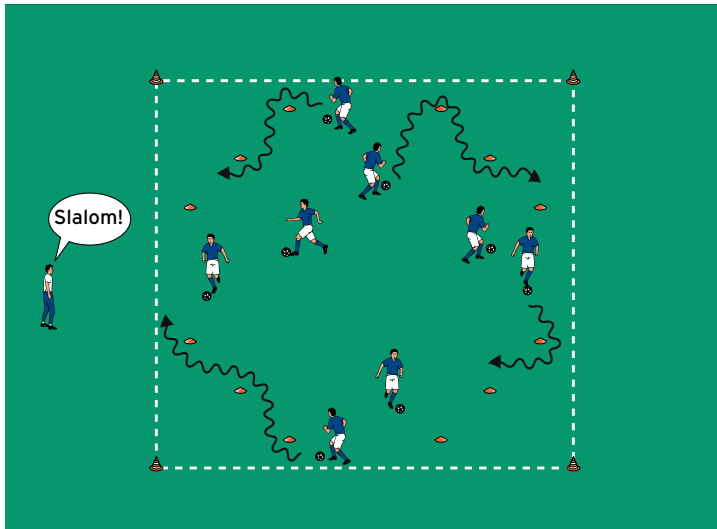
VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Wer durchquert zuerst alle Slaloms?
- ▶ Abwechselnd mit rechts/links prellen.
- ▶ Mit dem Ball unter dem Arm laufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Übung dient der Vorbereitung auf das Dribbeln.
- ▶ Prollen verbessert das Ballgefühl.
- ▶ Im Aufwärmen Elemente aus anderen Sportarten einbinden.

THEMA: DAS DRIBBELN IM PARCOURS VERBESSERN



AUFWÄRMEN 2:

KOMMANDO-SLALOM

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln frei durch das Feld.
- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln sie schnell oder langsam.
- ▶ Auf ein weiteres Trainerkommando dribbeln sie schnell durch einen Slalom.

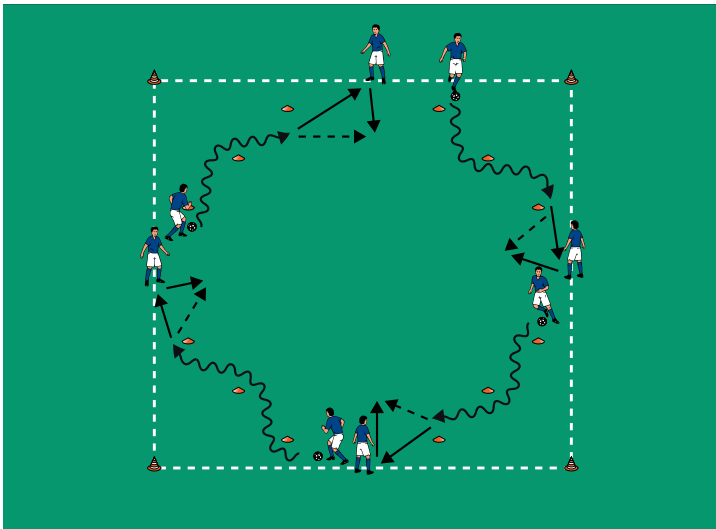
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Auf Trainerkommando außen um den Slalom dribbeln.
- ▶ Auf ein Trainerkommando um ein Eckhütchen dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das Spiel schult die Orientierung, da die Spieler einander ausweichen müssen.
- ▶ Auf eine enge Ballführung achten.
- ▶ Die Kinder zum Einsatz beider Füße motivieren.

THEMA: DAS DRIBBELN IM PARCOURS VERBESSERN



HAUPTTEIL 1:

SLALOM-DOPPELPASS

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ An den Seitenlinien jeweils 1 Spieler postieren
- ▶ Die übrigen Spieler mit Bällen im Feld verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln im Uhrzeigersinn durch die Slaloms.
- ▶ Zwischen den Slaloms jeweils einen Doppelpass mit den Anspielern spielen.
- ▶ Nach kurzer Zeit die Positionen und Aufgaben wechseln.

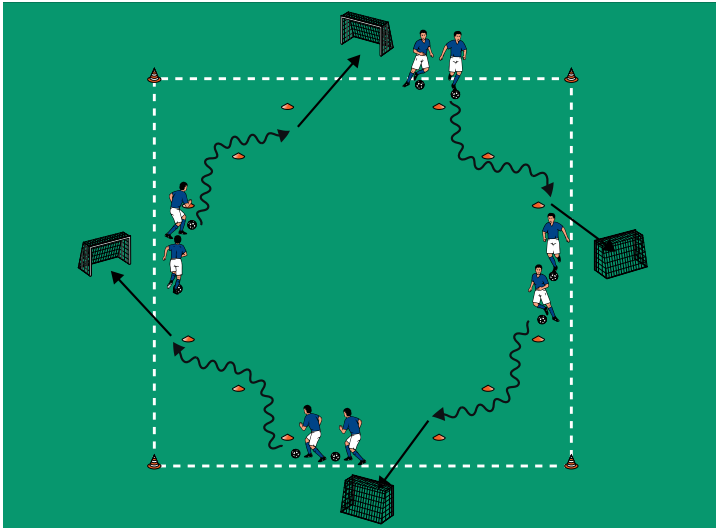
VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Wer dribbelt zuerst durch alle Slaloms?
- ▶ Nach dem Doppelpass eine Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ Abwechselnd mit rechts/links dribbeln und passen.
- ▶ Nach jedem Doppelpass wechseln die Dribbler und Anspieler die Aufgaben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler üben das Dribbeln und Passen.
- ▶ Der Doppelpass wird spielerisch kennengelernt.
- ▶ Parcours sorgen für viele Ballkontakte.

THEMA: DAS DRIBBELN IM PARCOURS VERBESSERN



HAUPTTEIL 2:

SLALOM-TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ An den Seitenlinien 4 Minitore gemäß Abbildung errichten
- ▶ Die Spieler mit Bällen im Feld verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln im Uhrzeigersinn durch die Slaloms.
- ▶ Zwischen den Slaloms auf die Minitore abschließen.

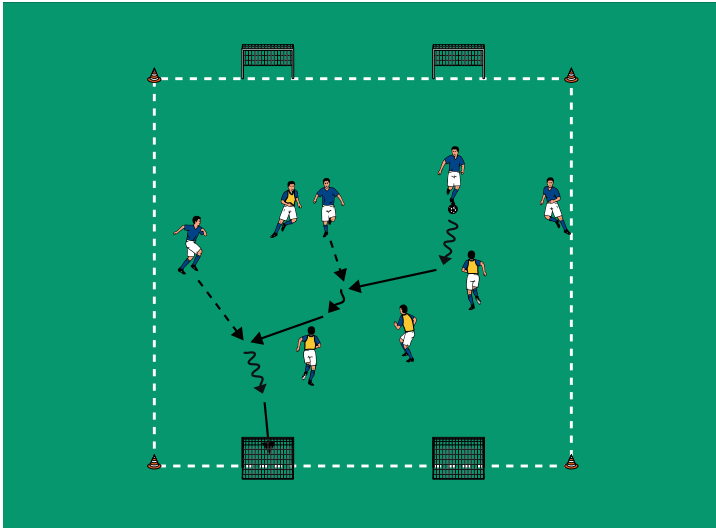
VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Wer erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Auf Trainerkommando erfolgt ein Richtungswechsel.
- ▶ Per Eigenvorlage aus der Hand auf das Tor abschließen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Torschuss-Rundläufe verringern die Wartezeiten.
- ▶ Den Torschuss mit dem Vollspann fördern.
- ▶ Der kaum veränderte Aufbau gibt den Kindern Sicherheit.

THEMA: DAS DRIBBELN IM PARCOURS VERBESSERN



SCHLUSSTEIL:

4-TORE-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ Die Hütchenslaloms entfernen
- ▶ An den Grundlinien jeweils 2 Minitore errichten
- ▶ 2 Teams bilden

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf die Minitore.

VARIATIONEN

- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team erzielt 4 Treffer?
- ▶ Die Tore zusammenschieben und mit Torhütern spielen.
- ▶ An den Seitenlinien jeweils 1 Minitor errichten und den Teams erlauben auf alle Minitore anzugreifen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Kleine Fußballspiele gehören in jedes Training.
- ▶ Fehlende Minitore durch Hütchen oder Stangen-tore ersetzen.
- ▶ Kleine Teams und Felder fördern das Dribbeln.