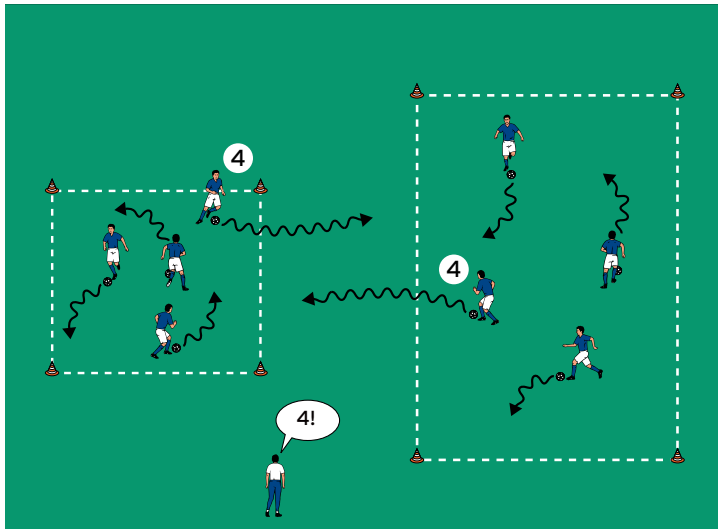


## THEMA: TRICKREICHES DRIBBLING



### AUFWÄRMEN 1:

#### SCHNELLER FELDERWECHSEL

##### ORGANISATION

- ▶ 1 großes und 1 kleines Feld errichten
- ▶ 2 Gruppen bilden und jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Die Spieler jeweils durchnummerieren

##### ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln in den Feldern umher.
- ▶ Im kleinen Feld sollen sie den Ball eng am Fuß führen und möglichst viele Richtungswechsel ausführen.
- ▶ Im großen Feld sollen die Spieler möglichst viele Finten ins Dribbling integrieren (z. B. Schere, Übersteiger usw.).
- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl auf.
- ▶ Die aufgerufenen Spieler dribbeln daraufhin sofort ins jeweils andere Feld.

##### VARIATIONEN

- ▶ Nach einem Felderwechsel darf der neue Spieler im großen Feld die Finten vorgeben.
- ▶ Die Spieler jonglieren ins jeweils andere Feld.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im großen Feld sollten die Spieler die Finten zunächst selbst wählen dürfen.
- ▶ Nach einer Finte das Dribbeltempo jeweils erkennbar forcieren.