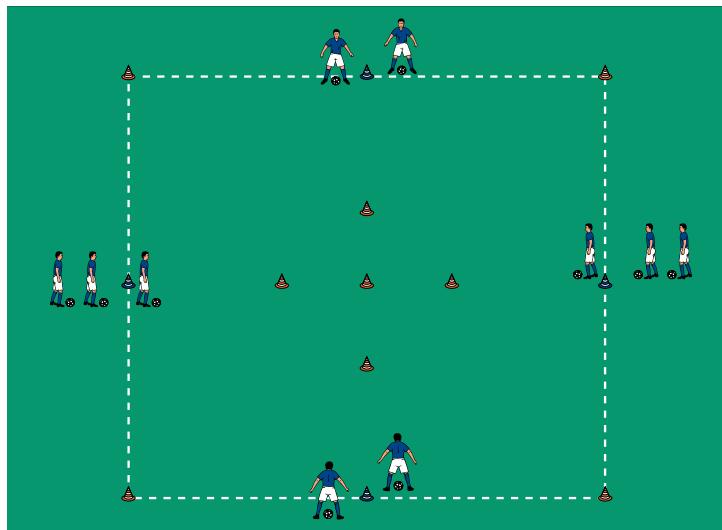
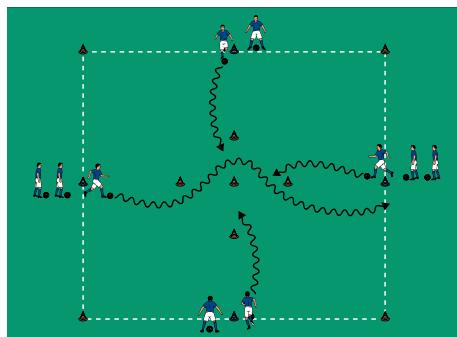


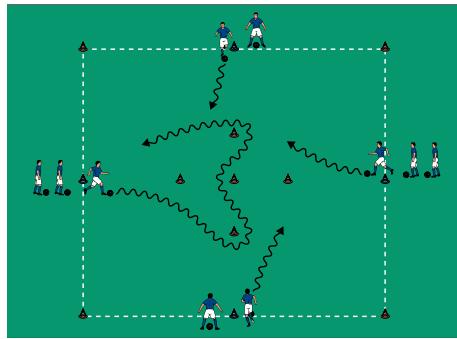
## THEMA: JEDEM SPIELER DEN SPASS AM DRIBBELN VERMITTELN



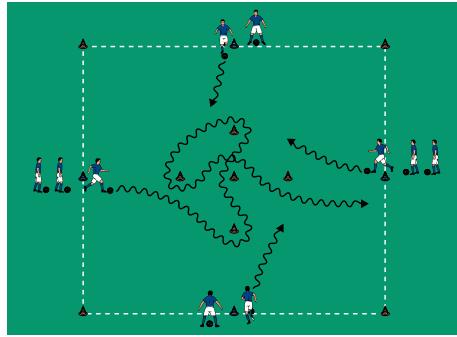
Übung 1



Übung 2



Übung 3



### AUFWÄRMEN 1:

#### DRIBBEL-KREUZ 1

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld errichten.
- ▶ Zentral auf jeder Seitenlinien 1 Starthütchen aufstellen.
- ▶ Mittig im Feld mit 5 Hütchen ein Dribbel-Kreuz errichten.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

##### ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die jeweils ersten Spieler durchdribbeln 3 Hütchen im Dribbel-Kreuz gerade zum Starthütchen gegenüber.

##### ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ 3 Hütchen im Dribbel-Kreuz von rechts zurück zum eigenen Starthütchen durchdribbeln.

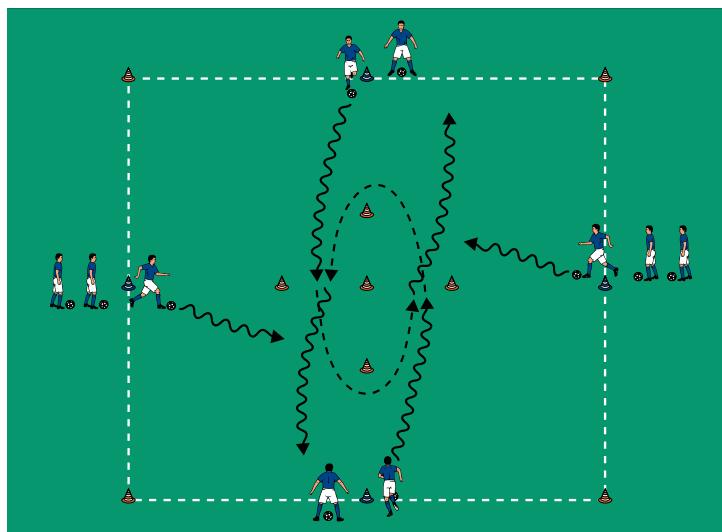
##### ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Die Spieler umdribbeln alle 5 Hütchen zum Start hütchen gegenüber.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Dribbel-Kreuz zu freien Räumen orientieren und Mitspielern ausweichen.
- ▶ Die Dribbelwege weiter variieren.
- ▶ Die Distanz der Hütchen im Dribbel-Kreuz vergrößern (Erleichterung) oder verkleinern (Erschwerung).

## THEMA: JEDEM SPIELER DEN SPASS AM DRIBBELN VERMITTELN



### AUFWÄRMEN 2:

#### DRIBBEL-KREUZ 2 (FIRST TOUCH)

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen postieren.

##### ABLAUF

- ▶ Die ersten Spieler dribbeln ins jeweils rechte Hütchentor des Dribbel-Kreuzes und stoppen den Ball.
- ▶ Anschließend umlaufen sie das vordere Hütchen ins linke Hütchentor und dribbeln mit dem dort gestoppten Ball zum Starthütchen zurück.

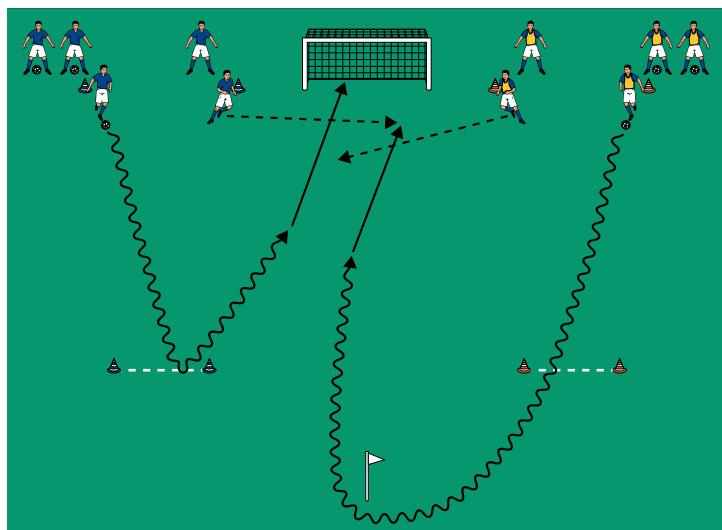
##### VARIATIONEN

- ▶ Zum Starthütchen gegenüber dribbeln.
- ▶ Zum rechten/linken Starthütchen dribbeln.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball sicher mit der Fußsohle im Hütchentor stoppen, sodass er nicht mehr rollt.
- ▶ Auf den ersten Kontakt bei der Mitnahme des liegenden Balles ins Dribbling achten.
- ▶ Im Dribbel-Kreuz zu freien Räumen orientieren und Mitspielern ausweichen.

## THEMA: JEDEM SPIELER DEN SPASS AM DRIBBELN VERMITTELN



### HAUPTTEIL 1:

#### KLEINER DRIBBEL-WETTKAMPF

##### ORGANISATION

- ▶ Auf jeder Seite neben einem Jugendtor 1 Start- hütchen und 1 Torwarthütchen aufstellen.
- ▶ 10 Meter vor den Starthütchen je 1 Hütchentor markieren.
- ▶ 15 Meter vor dem Jugendtor 1 Stange aufstellen.
- ▶ 2 Teams zu je 5 Spielern bilden.
- ▶ Jedes Team an einem Start- und Torwarthütchen verteilen.
- ▶ Die Spieler am Starthütchen haben Bälle.

##### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die ersten Spieler ins Hütchentor.
- ▶ Der Spieler, der zuerst im Hütchentor ist, schießt gegen den Torhüter des anderen Teams.
- ▶ Der andere Spieler umdribbelt die Stange und schießt dann gegen den gegnerischen Torhüter.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer?

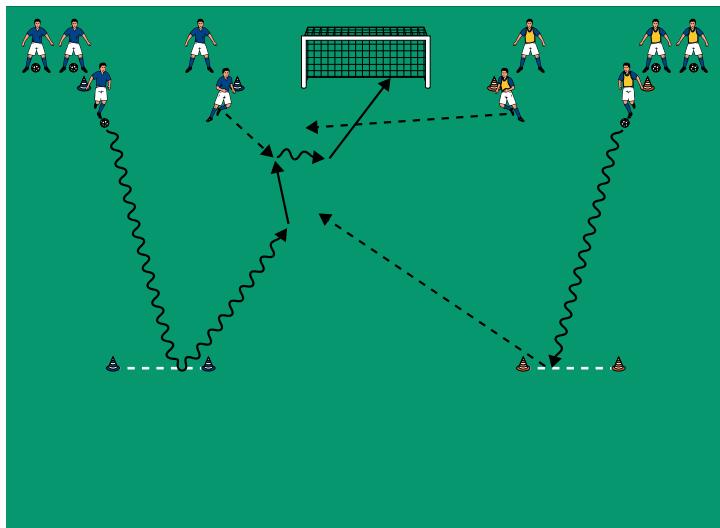
##### VARIATIONEN

- ▶ Zum anderen Hütchentor dribbeln.
- ▶ Einen Slalom zum Hütchentor durchdribbeln.
- ▶ Eine Finte an einem Hütchen beim Dribbling zum Hütchentor ausführen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Am Torwarthütchen aufmerksam sein und entsprechend die Torwartaufgabe übernehmen.
- ▶ Nach jedem Durchgang am anderen Hütchen anstellen und so die Aufgaben wechseln.
- ▶ Gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren.

## THEMA: JEDEM SPIELER DEN SPASS AM DRIBBELN VERMITTELN



### HAUPTTEIL 2:

### GROSSER DRIBBEL-WETTKAMPF

#### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Die Spieler erneut an den Start- und Torwarthütchen verteilen.

#### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die ersten Spieler vom Starthütchen zum Hüttentor.
- ▶ Der Spieler, der zuerst im Hüttentor ist, greift mit seinem Partner vom Torwarthütchen gegen den Spieler und Torhüter des anderen Teams auf das Tor an.
- ▶ Der Verteidiger kontert bei Ballgewinn auf die Hüttentore.
- ▶ Nach kurzer Zeit neue Fänger bestimmen.

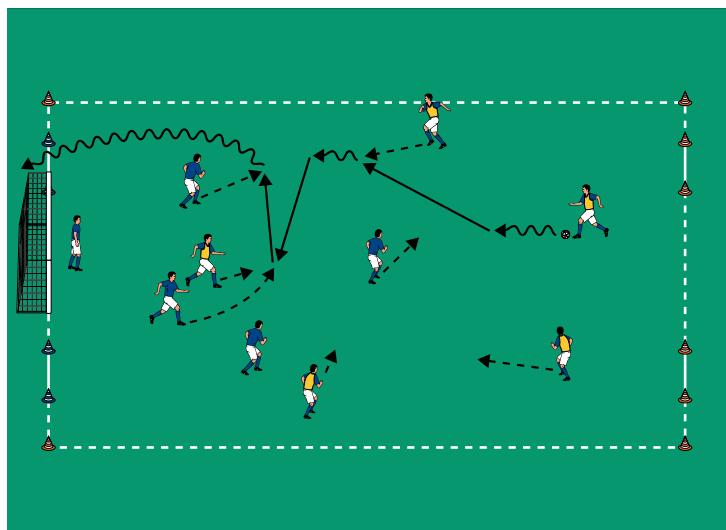
#### VARIATIONEN

- ▶ Zum anderen Hüttentor dribbeln.
- ▶ Im 3 gegen 2 plus Torhüter angreifen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Gegebenenfalls 1 Feld für das 2 gegen 1 markieren.
- ▶ Am Torwarthütchen aufmerksam sein und entsprechend die Torwart- bzw. Angreiferaufgabe übernehmen.

## THEMA: JEDEM SPIELER DEN SPASS AM DRIBBELN VERMITTELN



### SCHLUSSTEIL:

#### 5 - TORE - SPIEL

##### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 40 Meter großes Feld errichten.
- ▶ Auf den Grundlinien je zwei 3 Meter breite Hütchentore errichten.
- ▶ Zentral auf 1 Grundlinie 1 Jugendtor aufstellen.
- ▶ 2 Teams zu je 5 Spielern bilden.

##### ABLAUF

- ▶ 5 gegen 5
- ▶ Blau stellt einen Torhüter und greift auf die Hütchentore an.
- ▶ Gelb spielt auf das Jugendtor.
- ▶ Nach jeweils 5 Minuten die Aufgaben wechseln.

##### VARIATIONEN

- ▶ Die Breite und Positionen der Hütchentore verändern.
- ▶ Nach jedem Treffer auf 1 Hütchentor die Aufgabe wechseln.
- ▶ Die Hütchentore durchdribbeln.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Schnell zu freien Hütchentoren orientieren.
- ▶ Jede Möglichkeit zum Torschuss zielstrebig nutzen.