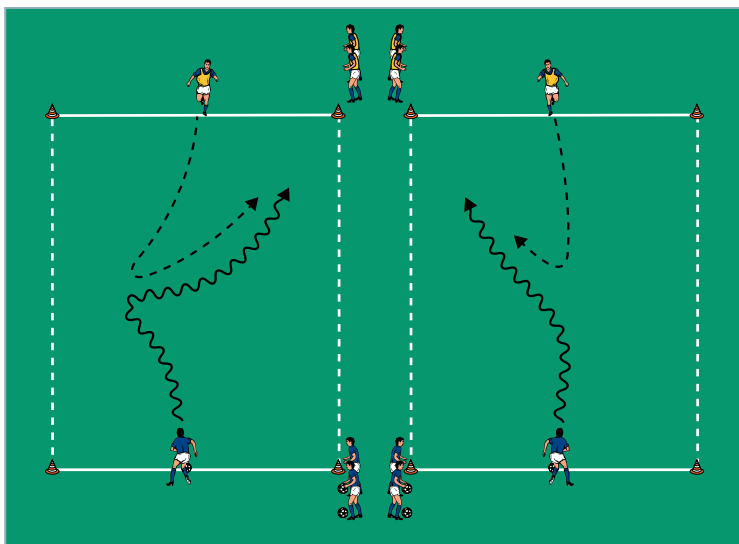


HAUPTTEIL 1: Linien-Dribbling I

von Mario Vossen (20.10.2015)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Die gegenüberliegenden Grundlinien als Dribbellinien markieren
- Pro Gruppe 3 Angreifer und 3 Verteidiger einteilen
- Die Angreifer stellen sich mit Ball auf einer Grundlinie, die Verteidiger ohne Ball gegenüber auf

Ablauf

- Der Angreifer startet die Aktion, indem er ins Feld dribbelt und versucht, die gegenüberliegende Grundlinie zu überdrücken.
- Der Verteidiger kontert bei Ballgewinn über die Grundlinie des Angreifers.
- Nach der Aktion tauschen beide Spieler die Position und Aufgabe.

Variationen

- Der Trainer startet die Aktionen jeweils per Zuruf.
- Angreifern und Verteidigern zusätzlich eine Seitenlinie als weitere Dribbellinie zuweisen und diese auf Kommando freigeben.
- Doppelaktion: Nach Überdrücken einer Grundlinie bleibt der Spieler in Ballbesitz und greift auf die gegenüberliegende Grundlinie an.
- Der Ballbesitzer dribbelt ins Feld, spielt seinem Partner zu und wird Verteidiger.

Tipps und Korrekturen

- Der Aufbau ist bewusst sehr einfach gehalten.
- Der Trainer kann in diesen 1-gegen-1-Situationen erkennen, welche Grundkenntnisse die Spieler sowohl im offensiven als auch im defensiven 1 gegen 1 besitzen.
- Die Spieler zählen jeweils mit, wie oft sie erfolgreich waren.