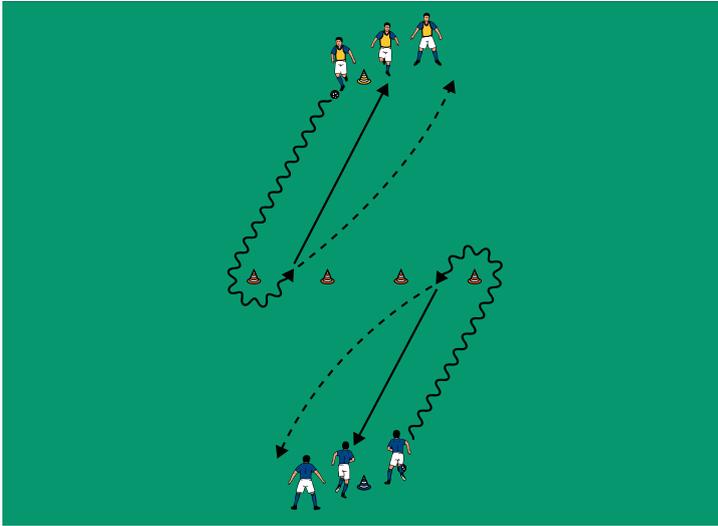


THEMA: DAS DRIBBLING SPIELEND LERNEN



AUFWÄRMEN 1:

MITTLERER SLALOM

ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen etwa 20 Meter gegenüber aufstellen
- ▶ Zwischen den Starthütchen mit 4 Hütchen einen Slalom markieren
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen verteilen, die ersten Spieler haben einen Ball

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Spieler umdribbeln das erste Hütchen des Slaloms von rechts, passen zum nächsten Spieler am eigenen Starthütchen und laufen zurück.
- ▶ Die nächsten Spieler umdribbeln zwei Hütchen des Slaloms, passen zum anderen Starthütchen und laufen zurück.
- ▶ Die dritten Spieler umdribbeln drei Hütchen des Slaloms, passen zum eigenen Starthütchen und laufen zurück.
- ▶ Die nächsten Spieler umdribbeln alle vier Hütchen des Slaloms, passen zum anderen Starthütchen und laufen zurück.

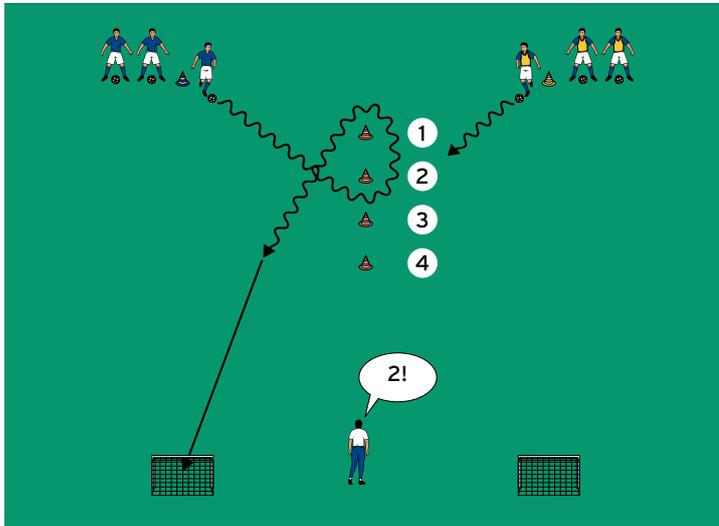
VARIATIONEN

- ▶ Alle Spieler umdribbeln zunächst ein Hütchen, dann 2 Hütchen, dann 3 Hütchen und letztlich 4 Hütchen des Slaloms.
- ▶ Von links in den Slalom dribbeln.
- ▶ Die Hütchen nur mit der Innen- oder Außenseite umdribbeln.
- ▶ Die Abstände der Hütchen im Slalom vergrößern/verkleinern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler laufen immer zum eigenen Starthütchen zurück.
- ▶ Die Spieler beobachten ihren Vordermann, um den nächsten Dribbelweg zu kennen.

THEMA: DAS DRIBBLING SPIELEND LERNEN



AUFWÄRMEN 2:

SLALOM-WETTKAMPF

ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen nebeneinander aufstellen und etwa 20 Meter vor jedem Starthütchen ein Minitor errichten
- ▶ Mittig vor den Starthütchen mit 4 Hütchen einen Slalomparcours markieren und die Hütchen von 1 bis 4 nummerieren
- ▶ 2 Teams einteilen und die Teams mit Bällen an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er ein Hütchen aufruft.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler umdribbeln das aufgerufene sowie das Hütchen der Zahl davor und schließen auf das Minitor ab.
- ▶ Der Spieler, der zuerst trifft, erhält einen Punkt für sein Team.
- ▶ Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

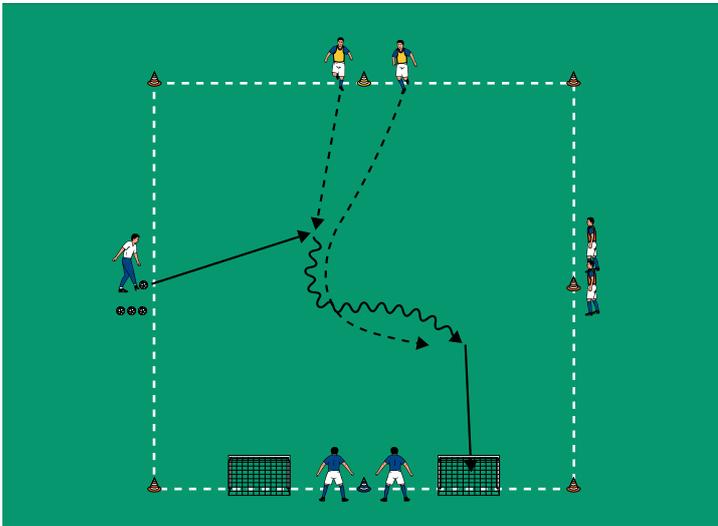
VARIATIONEN

- ▶ Hinter dem aufgerufenen Hütchen in den Slalom dribbeln.
- ▶ Nur mit rechts oder links dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ruft der Trainer das erste Hütchen auf, umdribbeln die Spieler nur das erste Hütchen.
- ▶ Beim Dribbling in freie Räume orientieren, dem anderen Spieler ausweichen und Zusammenstöße vermeiden.
- ▶ Die Distanzen der Hütchen im Slalom vergrößern und so das Dribbling erleichtern.
- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer jeweils laut mitzählen.

THEMA: DAS DRIBBLING SPIELEND LERNEN



HAUPTTEIL 1:

DRIBBEL-VARIANTEN-ZWEI-KAMPF

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf einer Grundlinie 2 Minitorer nebeneinander aufstellen
- ▶ Mittig auf beiden Grundlinien sowie auf einer Seitenlinie ein Starthütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler paarweise an den Starthütchen verteilen und als Trainer mit Bällen auf einer Seitenlinie postieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er einen Spieler jedes Paares nacheinander anspielt.
- ▶ Der angespielte Spieler versucht gegen den Partner bei einem Minitorer einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Bei Ballgewinn greift der andere Spieler ebenfalls auf die Minitorer an.
- ▶ Nach jedem Durchgang zu einem anderen Starthütchen wechseln.

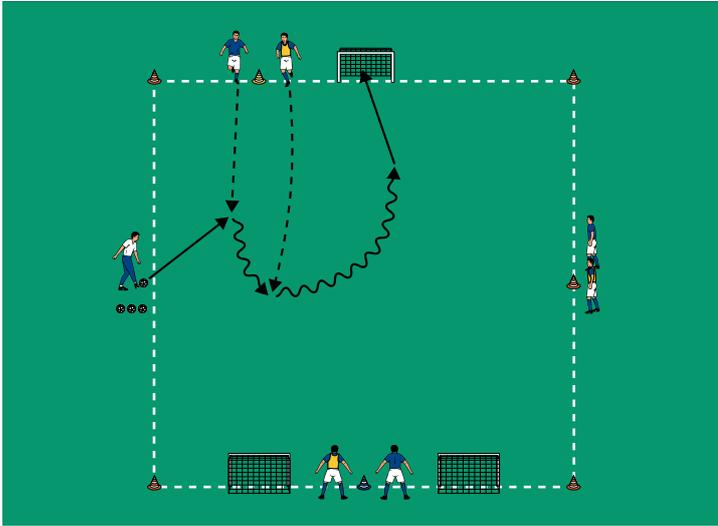
VARIATIONEN

- ▶ Sobald ein Ball verspielt ist, spielt der Trainer einen zweiten Ball ein.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer agieren hier variabel im Dribbling gegen einen Gegner im Rücken, einen seitlichen Gegner und einen frontalen Gegner.
- ▶ Jedes 1 gegen 1 so lange laufen lassen bis ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt ist.

THEMA: DAS DRIBBLING SPIELEND LERNEN



HAUPTTEIL 2:

DRIBBEL-VARIANTEN-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Auf der anderen Grundlinie ein weiteres Minitor aufstellen
- ▶ 2 Teams bilden und jeweils einen Spieler jedes Teams an einem Starthütchen postieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet jeden Durchgang, indem er einen Spieler eines Paares anspielt.
- ▶ Der angespielte Spieler greift im 1 gegen 1 auf die beiden Minitore an, der andere Spieler kontert auf das gegenüberliegende Minitor.
- ▶ Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt ist, spielt der Trainer das nächste Spielerpaar zum 2 gegen 2 und dann zum 3 gegen 3 an.

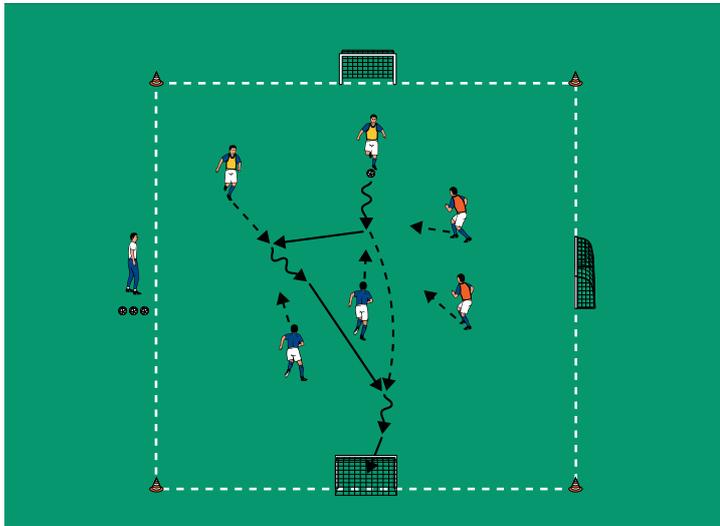
VARIATIONEN

- ▶ Ist der Ball verspielt, als Trainer einen weiteren einspielen.
- ▶ Die Aktion nur 10 Sekunden laufen lassen (Trainer zählt die Zeit laut mit) und dann auf 2 gegen 2 oder 3 gegen 3 erhöhen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem kompletten Durchgang stellen sich die Spielerpaare an einem anderen Starthütchen wieder an.
- ▶ Die Angreifer- und Verteidigeraufgaben der Teams regelmäßig wechseln.
- ▶ Im 2 gegen 2 und 3 gegen 3 neben dem Dribbling das Passspiel als weitere Angriffsmöglichkeit nutzen.

THEMA: DAS DRIBBLING SPIELEND LERNEN



SCHLUSSTEIL:

3-TEAM-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 20 x 20 Meter großes Spielfeld markieren
- ▶ Auf beiden Grundlinien und einer Seitenlinie jeweils ein Minitor aufstellen
- ▶ 3 Teams zu je 2 Spielern bilden und jedes Team einem Tor zuordnen
- ▶ Als Trainer mit Bällen auf der anderen Seitenlinie postieren

ABLAUF

- ▶ Die Teams spielen im 2 gegen 2 gegen 2.
- ▶ Jedes Team verteidigt sein Minitor und greift auf die anderen beiden Minitore an.
- ▶ Welches Team erzielt die meisten Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer greifen auf alle Minitore an.
- ▶ Die Minitore mit farbigen Hütchen markieren und immer nur auf das aufgerufene Minitor angreifen.
- ▶ Die Minitore mit farbigen Hütchen markieren und immer nur auf die nicht aufgerufenen Minitore angreifen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei einem Torerfolg setzt das Team das Spiel fort, das ein Tor kassiert hat, ausgespielte Bälle ersetzt der Trainer.
- ▶ Im Dribbling überraschend die Richtung wechseln und auf das andere Minitor angreifen.
- ▶ Als Trainer jeden Treffer mitzählen und den Spielstand immer wieder laut ansagen.