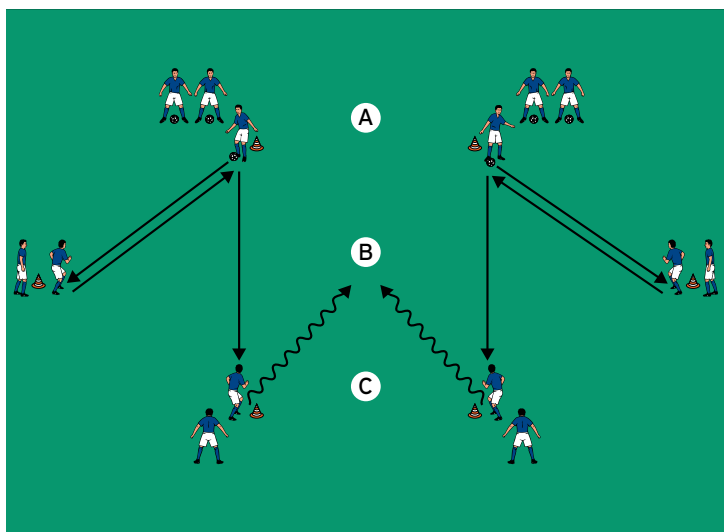


THEMA: DAS DRIBBLING ALS ANGRIFFSAUSLÖSER



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBEL-RUNDLAUF

ORGANISATION

- ▶ 2 Hütchen-Dreiecke gemäß Abbildung errichten
- ▶ Die Spieler auf die Positionen verteilen
- ▶ Position A mit Bällen

ABLAUF

- ▶ Die Aktion startet auf beiden Seiten gleichzeitig.
- ▶ A passt zu B, der das Zuspiel wieder klatschen lässt.
- ▶ A spielt zu C, der das Zuspiel an- und mitnimmt und zum diagonal gegenüberliegenden Starthütchen dribbelt.
- ▶ Die Spieler rücken eine Position weiter.

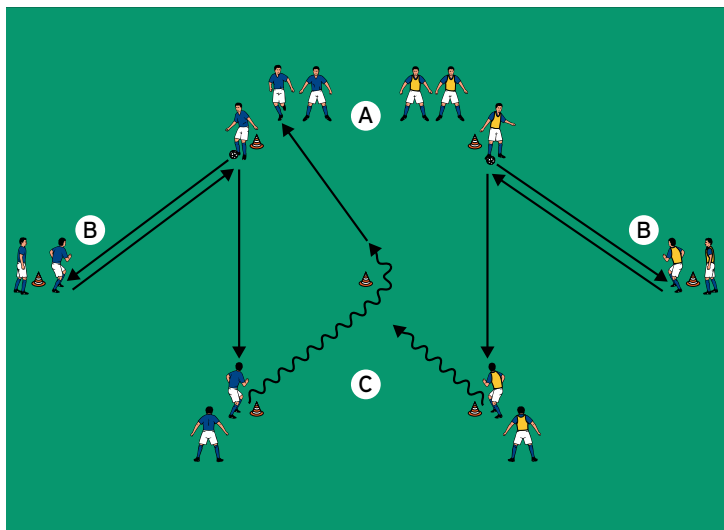
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler bei A starten mit einem Pass zur jeweils anderen Startposition.
- ▶ C muss eine Finte ins Dribbling einbauen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit der Annahme von C startet die nächste Aktion.
- ▶ Auf eine möglichst enge Ballführung achten.
- ▶ Die Organisationsform garantiert kurze Wartezeiten und hält alle Spieler in Bewegung.

THEMA: DAS DRIBBLING ALS ANGRIFFSAUSLÖSER



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBEL-STAFFEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Zwischen den Dreiecken 1 Wendehütchen platzieren
- ▶ 2 Mannschaften bilden und jeweils 1 Dreieck zuordnen
- ▶ Position A mit Bällen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando passt A zu B, der das Zuspiel wieder klatschen lässt.
- ▶ A passt zu C, der an- und mitnimmt, um das Wendehütchen dribbelt und anschließend zu A spielt.
- ▶ A passt zu B usw.
- ▶ Die Spieler rücken eine Position weiter.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team absolviert zuerst einen kompletten Durchgang?

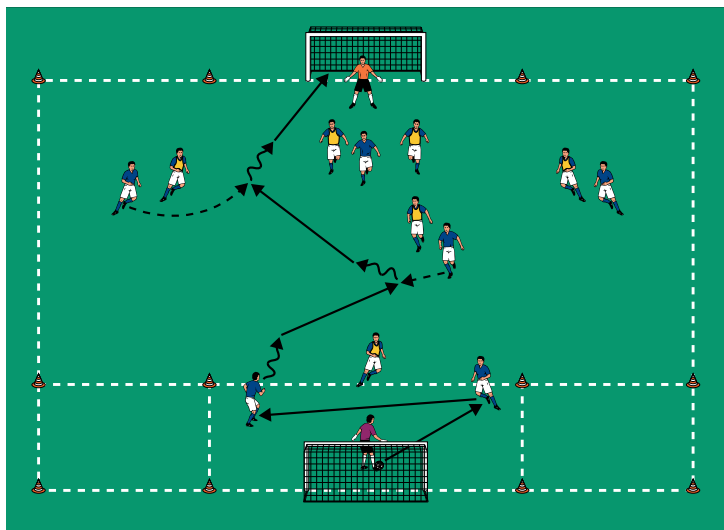
VARIATIONEN

- ▶ C muss eine vom Trainer vorgegebene Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ Jede Aktion wird mit dem Pass zurück zur Startposition beendet.
- ▶ 2 Pflichtkontakte.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In der Übungsform werden die bekannten Abläufe in ein Wettspiel übertragen.
- ▶ Alle Aktionen sollen im höchstmöglichen Tempo ablaufen.

THEMA: DAS DRIBBLING ALS ANGRIFFSAUSLÖSER



HAUPTTEIL 1:

DRIBBEL-AUSLÖSUNG I

ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 2 Toren errichten
- ▶ 1 Aufbauzone gemäß Abbildung markieren
- ▶ 2 Torhüter besetzen die Tore
- ▶ 1 Angreifer-Team und 1 Verteidiger-Team bilden
- ▶ Die Angreifer spielen auf das Tor ohne Aufbauzone

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Jede Aktion startet beim Torhüter der Angreifer.
- ▶ 2 Angreifer versuchen, aus der Aufbauzone zu dribbeln und damit den Verteidiger auf der Linie zu überwinden.
- ▶ Mit dem Verlassen der Aufbauzone startet das freie Spiel.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Der Angriff endet, wenn eine Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wurde.
- ▶ Spielzeit jeweils 4 Minuten.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

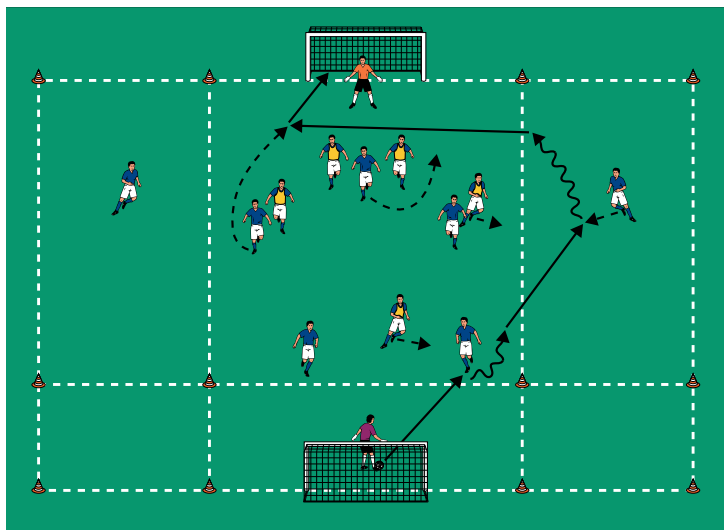
VARIATIONEN

- ▶ Tore eines Aufbauspielers zählen doppelt.
- ▶ Gelingt es den Angreifern, die Aktion mit höchstens 3 Pässen erfolgreich abzuschließen, werden 2 Zusatzpunkte vergeben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angriffsaktion wird durch ein Dribbling im Zentrum ausgelöst.
- ▶ Die Aufbauspieler lernen, mit dem Dribbling Gegenspieler zu binden.
- ▶ Der Trainer sollte stets mutige Dribblings aus der Aufbauzone fordern.

THEMA: DAS DRIBBLING ALS ANGRIFFSAUSLÖSER



HAUPTTEIL 2:

DRIBBEL-AUSLÖSUNG II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Torhüter besetzen die Tore
- ▶ 2 Außenzonen gemäß Abbildung markieren
- ▶ 1 Angreifer-Team (7 Spieler) und 1 Verteidiger-Team (5 Spieler) bilden
- ▶ Die Spieler gemäß Abbildung postieren

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 5 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Jede Aktion startet beim Torhüter der Angreifer.
- ▶ 5 gegen 5 in der mittleren Zone.
- ▶ Passen die Angreifer zu einem Außenspieler, so kann dieser ins Feld dribbeln.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Der Angriff endet, wenn eine Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wurde.
- ▶ Spielzeit jeweils 4 Minuten.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

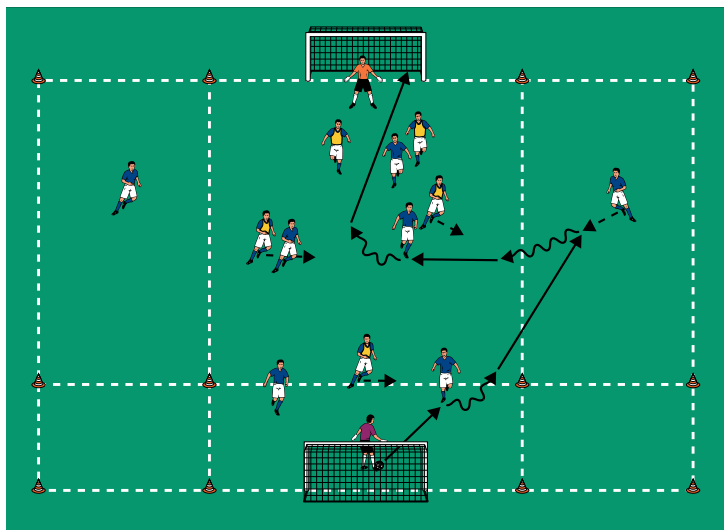
VARIATIONEN

- ▶ Tore, die nach einem Zuspiel eines Außenspielers erzielt werden, zählen doppelt.
- ▶ Tore, die von einem Außenspieler erzielt werden, zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angriffsaktion wird nun durch ein Dribbling über Außen ausgelöst.
- ▶ Die Außenspieler sollen mutig und zielgerichtet in die Mitte ziehen.
- ▶ Hierdurch binden sie Gegenspieler und es ergeben sich Abspielmöglichkeiten.
- ▶ Die Außenzonen können bereits in der vorherigen Spielform markiert werden.

THEMA: DAS DRIBBLING ALS ANGRIFFSAUSLÖSER



SCHLUSSTEIL:

DRIBBEL-TEAM

ORGANISATION

- Den Aufbau beibehalten
- 2 Torhüter besetzen die Tore
- 1 Angreifer-Team (7 Spieler) und 1 Verteidiger-Team (5 Spieler) bilden
- Die Spieler gemäß Abbildung postieren

ABLAUF

- 7 gegen 5 auf die Tore mit Torhütern.
- Jede Aktion startet beim Torhüter der Angreifer.
- Die Angreifer versuchen, im 2 gegen 1 aus der Aufbauzone zu dribbeln (siehe Hauptteil 1).
- Anschließend folgt ein 5 gegen 5 in der mittleren Zone.
- Passen die Angreifer zu einem Außenspieler, so kann dieser ins Feld dribbeln.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.
- Der Angriff endet, wenn eine Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wurde.
- Spielzeit jeweils 4 Minuten.

VARIATIONEN

- Tore, die nach einem Zuspiel eines Außenspielers erzielt werden, zählen doppelt.
- Tore, die von einem Aufbauspieler erzielt werden, zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- Im Abschlusspiel werden die Grundgedanken beider vorangegangenen Spielformen vereint.
- Nach 2 Durchgängen neue Mannschaften bilden.
- Die Gegenspieler mit einem Dribbling bewusst binden, um den unmittelbaren Mitspieler zu "befreien".
- Mutige und zielstrebige Dribblings einfordern.