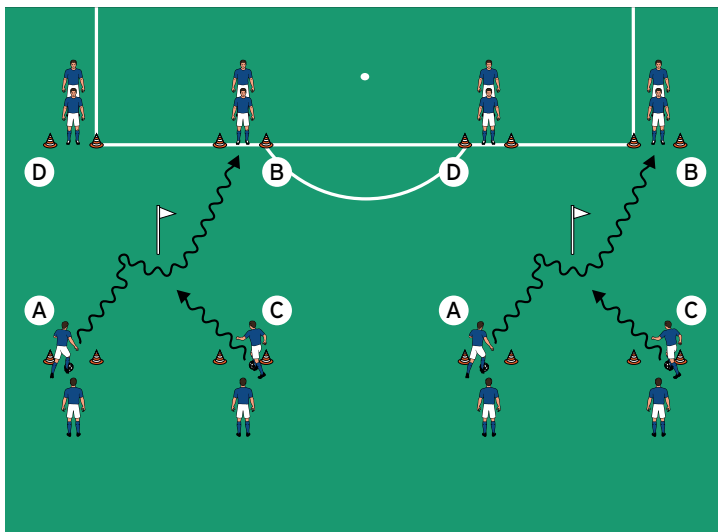


## THEMA: MIT ZUG ZUM GEGNER-TOR DRIBBELN



### AUFWÄRMEN 1:

### DRIBBLING UND FINTEN IM PARCOURS

#### ORGANISATION

- ▶ Vor dem Strafraum jeweils mit Hütchentoren in den Ecken 2 Quadrate markieren.
- ▶ Im Zentrum je 1 Stange aufstellen.
- ▶ Die Spieler in den Ecken der Felder verteilen.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball.

#### ABLAUF

- ▶ A und C dribbeln ins Zentrum, führen vor der Stange eine Finte aus und dribbeln diagonal zur gegenüberliegenden Seite.
- ▶ Hier übergeben sie die Bälle an B bzw. D, die ebenfalls ins Zentrum dribbeln, eine Finte ausführen usw.

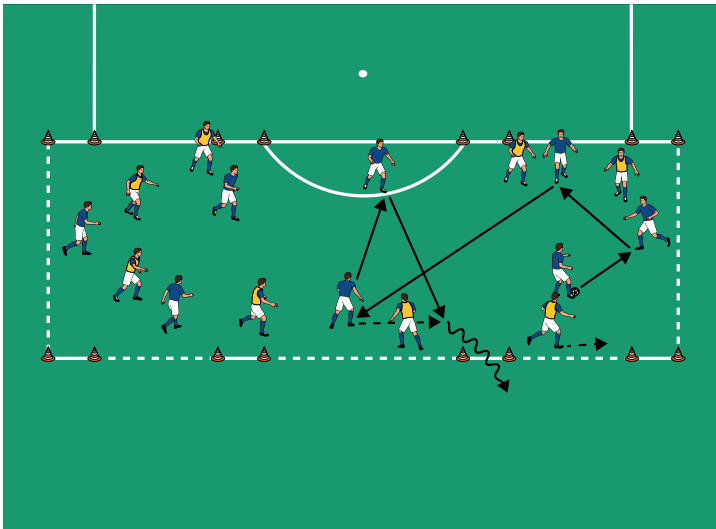
#### VARIATIONEN

- ▶ Nach der Finte an der Stange auf B bzw. D passen.
- ▶ Die Seiten vorgeben, zu denen die Spieler jeweils fintieren sollen.
- ▶ Verschiedene Finten vorgeben (z. B. Schussfinte, Übersteiger usw.)

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine deutliche Gewichtsverlagerung bei den Finten achten.
- ▶ Eine enge Ballführung im Dribbling fordern.

## THEMA: MIT ZUG ZUM GEGNER-TOR DRIBBELN



### AUFWÄRMEN 2:

## DRIBBLING UND FINTEN AUF 8 HÜTCHENTORE

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden.
- ▶ Die beiden Quadrate zu einem großen Feld zusammenführen.
- ▶ 2 Teams einteilen.

### ABLAUF

- ▶ 8 gegen 8 auf die Hütchentore.
- ▶ Gültige Treffer können mit einem Dribbling durch eines der Hütchentore auf der gegnerischen Grundlinie erzielt werden.

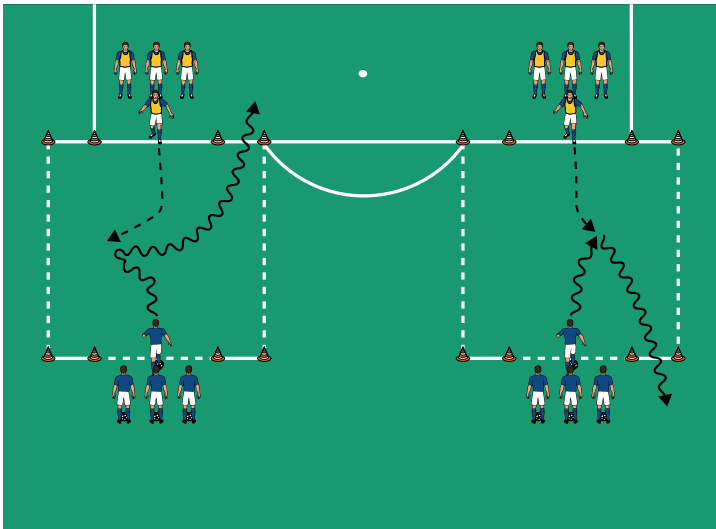
### VARIATIONEN

- ▶ Nach einem Dribbling durch eines der Hütchentore bleibt die erfolgreiche Mannschaft in Ballbesitz und wechselt sofort die Spielrichtung.
- ▶ Auf den Seitenlinien weitere Hütchentore errichten.
- ▶ 9 Angreifer und 7 Verteidiger bestimmen, und die Angreifer in Überzahl spielen lassen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Feldgröße dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Die Spieler sollen blitzschnell freie Tore und Dribbelmöglichkeiten erkennen und diese zielstrebig ausnutzen.

## THEMA: MIT ZUG ZUM GEGNER-TOR DRIBBELN



### HAUPTTEIL 1:

#### 1 GEGEN 1 AUF JE 2 HÜTCHENTORE

##### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Das große Feld wieder in die beiden Quadrate aus Aufwärmen 1 teilen.
- ▶ Zwei Gruppen einteilen.
- ▶ Jeweils Angreifer und Verteidiger bestimmen.
- ▶ Die Angreifer haben Bälle.

##### ABLAUF

- ▶ Die ersten Angreifer dribbeln gegen die ersten Verteidiger in die Felder und versuchen, im 1 gegen 1 durch eines der gegenüberliegenden Hütchentore zu dribbeln.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf die gegenüberliegenden Hütchentore.

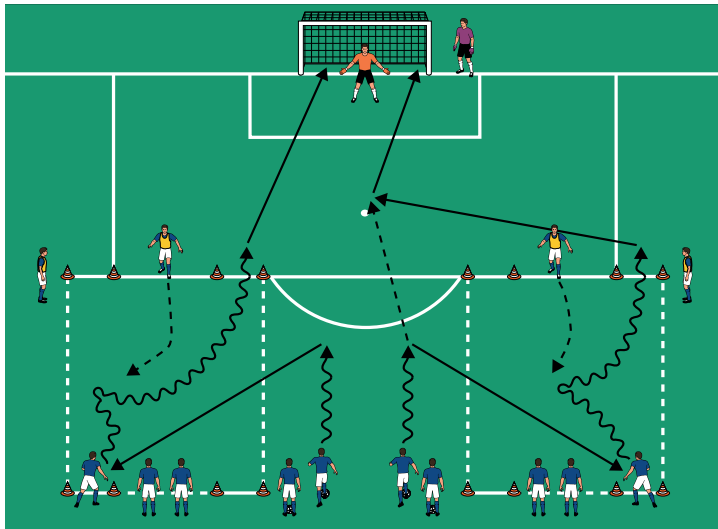
##### VARIATIONEN

- ▶ Finten vorgeben (z. B. Übersteiger, Schere, Passfinte usw.).
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Angreifer erzielt die meisten Treffer?

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit maximalem Tempo dribbeln.
- ▶ Darauf achten, dass die Ballbesitzer jeweils mit einer deutlichen Gewichtsverlagerung zur Seite fintieren.
- ▶ Zielstrebig durch die Hütchentore dribbeln.

## THEMA: MIT ZUG ZUM GEGNER-TOR DRIBBELN



### HAUPTTEIL 2:

## FINTEN IM 1 GEGEN 1 AUF 2 HÜTCHENTORE NACH ZUSPIEL AUS DEM ZENTRUM

### ORGANISATION

- ▶ Die Felder und die Gruppen aus Hauptteil 1 beibehalten.
- ▶ Jeweils Anspieler mit Bällen zwischen den Feldern postieren.
- ▶ Auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen.

### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Anspieler dribbeln in Richtung Tor und passen zum jeweiligen Angreifer in die Felder.
- ▶ Diese nehmen ins 1 gegen 1 auf die Hütchentore an und mit.
- ▶ Gleichzeitig rücken die Anspieler vor das Tor.
- ▶ Gelingt es dem Angreifer, das innere Hütchen zu durchdribbeln, so schießt er selbst auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Durchdribbelt der das jeweils äußere Hütchentor, so passt er quer zum Anspieler, der ebenfalls auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf die jeweils gegenüberliegenden Hütchentore.

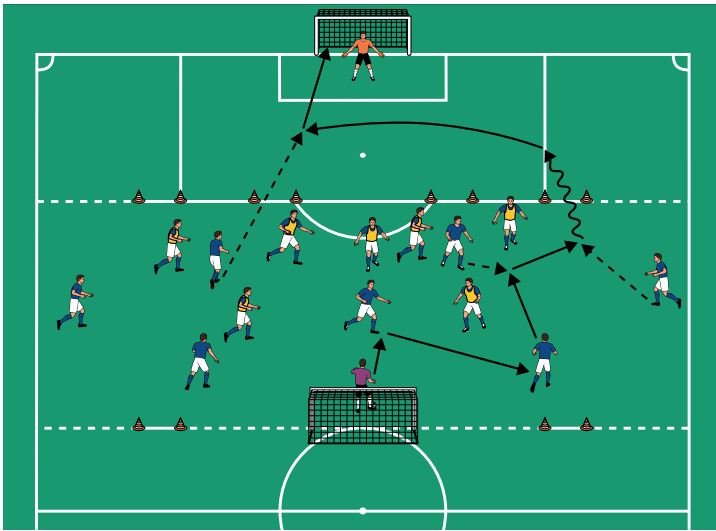
### VARIATIONEN

- ▶ Ohne nachstartende Anspieler spielen: Die Ballbesitzer schießen nach dem Dribbling in den Strafraum von beiden Positionen selbst auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Der Angreifer, der zuerst auf das Tor mit Torhüter abschließt, erhält 1 Zusatzpunkt.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Ballbesitzer im 1 gegen 1 die Finten mit höchstmöglichem Tempo ausführen.
- ▶ Die Anspieler sollen gut getimt und nicht zu früh in den Strafraum starten.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

## THEMA: MIT ZUG ZUM GEGNER-TOR DRIBBELN



### SCHLUSSTEIL:

## FINTEN-SPIEL AUF 6 HÜTCHEN- UND 2 GROSSTORE

### ORGANISATION

- ▶ Ein 45 x 70 Meter großes Feld mit Toren markieren.
- ▶ An der Strafraumgrenze 4 sowie auf der gegenüberliegenden Grundlinie 2 Hütchentore errichten.
- ▶ 2 Mannschaften einteilen.
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter.

### ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Die Angreifer müssen zunächst durch eines der 4 Hütchentore dribbeln, ehe sie auf das Tor mit Torhüter abschließen dürfen.
- ▶ Mit dem Durchdribbeln dürfen alle Spieler vor das Tor nachrücken.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor mit Torhüter sowie die beiden Hütchentore.

### VARIATIONEN

- ▶ 8 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen und die Angreifer in Überzahl spielen lassen.
- ▶ Die Hütchentore entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Ballbesitzer sollen jeweils die Breite und Tiefe des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Geeignete Situationen zum Dribbling gezielt herausspielen.
- ▶ Zielstrebig abschließen!