

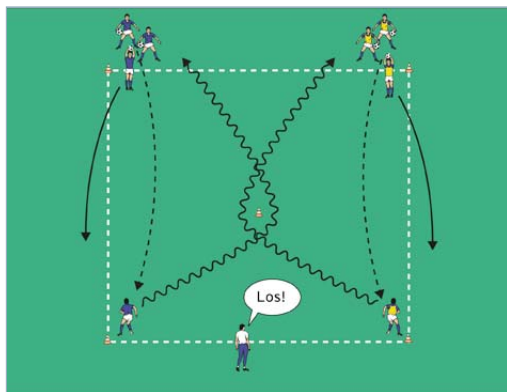
# D- UND C-JUNIOREN

## AUFWÄRMEN 2: Dribbel-Duell

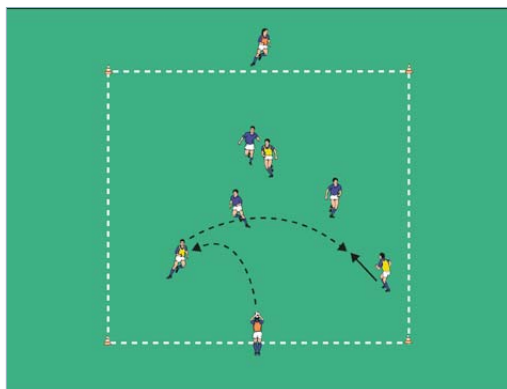
von Steffen Freund (26.10.2010)



Feld 1



Feld 2



### Organisation

- Den Aufbau und die Gruppen beibehalten

### Ablauf

#### Feld 1

- 2 Mannschaften bilden.
- Die Spieler besetzen vorgegebene Positionen.
- Auf ein Trainerkommando wirft A per Einwurf zu B.
- Dieser kontrolliert das Zuspiel und umdribbelt das mittlere Hütchen.
- Anschließend dribbelt er über die hintere Hütchenlinie.
- Der Spieler, der das Feld zuerst über die hintere Hütchenlinie verlässt, erzielt 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

#### Feld 2

- 2 neutrale Anspieler benennen und außerhalb des Feldes gegenüber aufstellen.
- 2 Mannschaften bilden und im Feld postieren.
- Ziel der jeweiligen Angreifer ist es, von Anspieler zu Anspieler zu kombinieren (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung).
- Dabei ist die Form des Zusammenspiels vorgegeben: 1 Anspieler wirft per Einwurf zu einem Spieler im Feld, der das Zuspiel in der Luft kontrolliert und den Ball fängt, ohne dass dieser zu Boden fällt.
- Anschließend wirft er ebenfalls per Einwurf zum nächsten Mitspieler usw.
- Fällt ein Ball zu Boden, wechselt sofort der Ballbesitz, und der nächste Durchgang startet vom jeweils anderen Anspieler.

### Tipps und Korrekturen

- In Feld 1 sollten die hohen Zuspiele bewusst per Einwurf erfolgen.
- Hierdurch wird eine spielnahe Flugbahn des Balles garantiert und die Präzision der Zuspiele erleichtert.
- Nach Umdribbeln des mittleren Hütchens darf der in Führung liegende Spieler den Laufweg seines Gegners kreuzen.
- Die Aktion kann gegebenenfalls auch als Staffel ablaufen.

### INTEGRATION

Fußball ist die Sportart Nr.1. Dies gilt insbesondere auch für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund. Ziel muss es sein, durch Respekt und Anerkennung eine hohe Identifikation und ein positives Mannschafts- und Vereinsklima für alle zu schaffen. Hierzu bietet der DFB einfache Tipps unter [www.training-wissen.dfb.de](http://www.training-wissen.dfb.de).