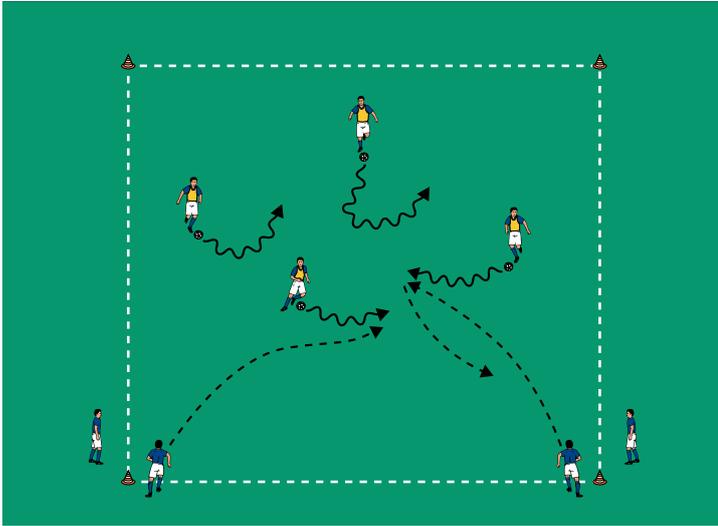


THEMA: FÜR HOHES DRIBBELTEMPO SORGEN



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBEL-FANGEN

ORGANISATION

- ▶ Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ 1 Team mit Bällen im Feld postieren
- ▶ Das übrige Team an 2 Eckenhütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln frei durchs Feld.
- ▶ Die ersten Spieler der Eckhütchen laufen ins Feld, fangen einen Dribbler und klatschen den nächsten Spieler am Eckhütchen ab.
- ▶ Nach kurzer Zeit Aufgabenwechsel.

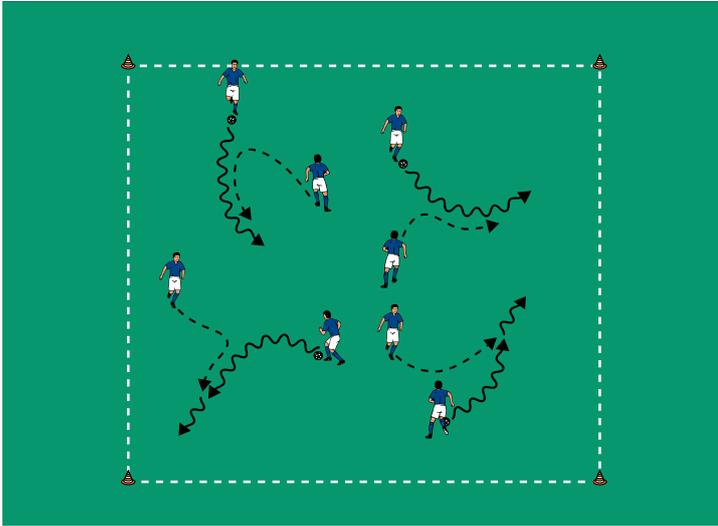
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Welches Team fängt die meisten Dribbler?
- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ 4 Fänger starten gleichzeitig an allen 4 Ecken.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fangspiel und Dribbelaufgabe sind kombiniert.
- ▶ Die Fänger sorgen für hohes Dribbeltempo.
- ▶ Technikaufgaben stets in attraktive Spiele einbinden.

THEMA: FÜR HOHES DRIBBELTEMPO SORGEN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBEL-JÄGER

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Die Spieler im Feld verteilen, davon die Hälfte mit Ball

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln im Feld.
- ▶ Die anderen Spieler versuchen, Bälle zu erobern.
- ▶ Wer den Ball verliert, erobert einen neuen.

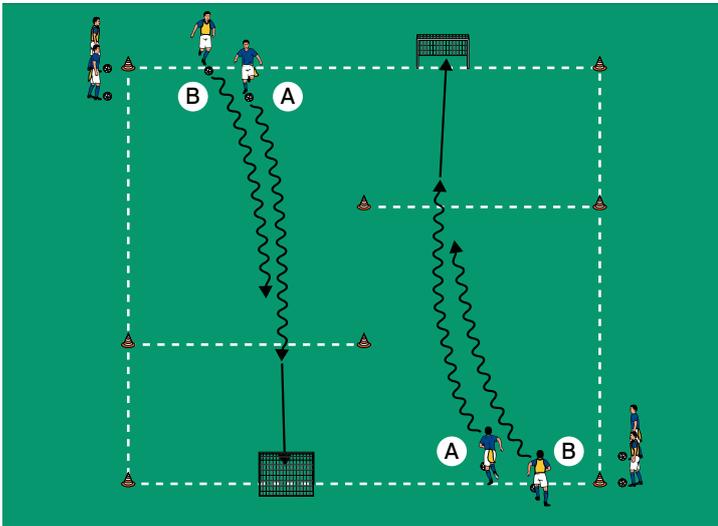
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer hat nach 2 Minuten Spielzeit einen Ball?
- ▶ Die Anzahl der Bälle erhöhen oder verringern.
- ▶ Die Spieler behalten ihre Bälle und dribbeln bei Ballberührung in hohem Tempo um ein Eckhütchen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Kinder üben das Dribbling und das 1 gegen 1.
- ▶ Der Gegnerdruck sorgt für temporeiches Dribbling.
- ▶ Alle Kinder üben gleichzeitig.

THEMA: FÜR HOHES DRIBBELTEMPO SORGEN



HAUPTTEIL 1:

TEMPODRIBBEL-DUELL

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ An den Grundlinien 2 Minitore diagonal versetzt zueinander errichten
- ▶ 5 Meter vor den Toren jeweils eine Hütchenlinie markieren
- ▶ Pärchen bilden und an den torfernen Eckhütchen postieren
- ▶ Pro Spieler 1 Ball
- ▶ Spieler A mit Leibchen in der Hose

ABLAUF

- ▶ A startet, dribbelt über die Linie und schließt auf das Minitor ab.
- ▶ B versucht, das Leibchen von A zu erobern und schließt danach ebenfalls ab.
- ▶ Anschließend die Aufgaben und Positionen wechseln.

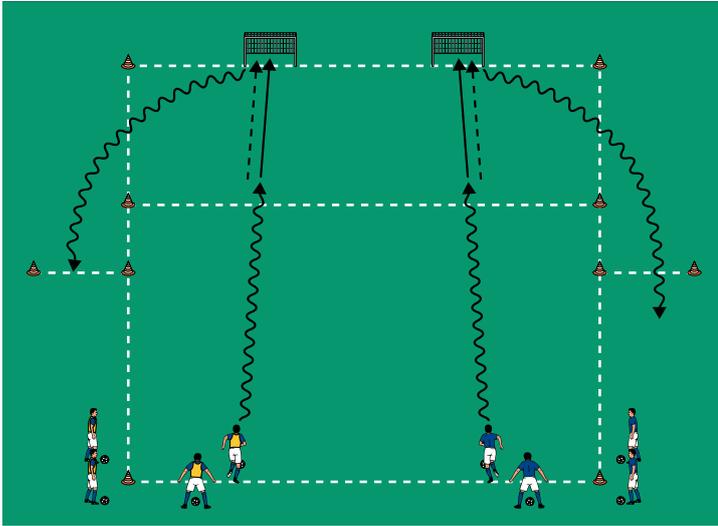
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: 1 Punkt pro Treffer, 2 Punkte pro erobertem Leibchen. Wer sammelt die meisten Punkte?
- ▶ B klatscht vor dem Start 3-mal in die Hände.
- ▶ Ohne Leibchen: B muss A berühren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Kinder verbessern schwerpunktmäßig das Tempodribbling.
- ▶ Dribbelaufgaben mit Torabschlüssen verbinden.
- ▶ Auf kurze Dribbelwege achten.

THEMA: FÜR HOHES DRIBBELTEMPO SORGEN



HAUPTTEIL 2:

TEMPODRIBBEL- TEAMWETTBEWERB

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ An einer Grundlinie 2 Minitorer nebeneinander errichten
- ▶ 5 Meter vor den Toren eine Hütchenlinie markieren
- ▶ Mittig außerhalb der Seitenlinien 2 Minitorer aufstellen
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Pro Spieler 1 Ball
- ▶ Die Teams jeweils an ein Eckhütchen der tor-entfernten Grundlinie postieren

ABLAUF

- ▶ Auf Trainerkommando dribbeln die ersten Kinder über die Linie und schießen auf das Tor ab.
- ▶ Dann holen sie den Ball und dribbeln durch das Hütchentor an der Seite.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Je 1 Punkt für den Spieler, der als Erstes die Hütchenlinie oder das Hütchentor überdribbelt sowie für einen Treffer. Welches Team gewinnt?

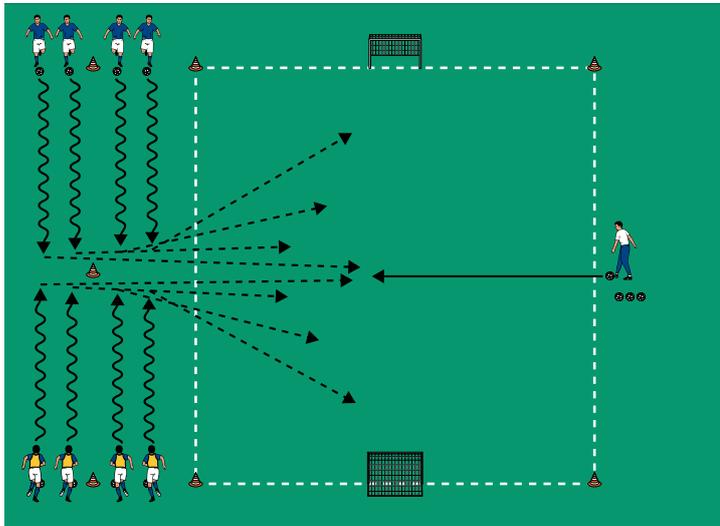
VARIATIONEN

- ▶ Den nächsten Mitspieler abklatschen.
- ▶ Auf das diagonal versetzte Minitor abschließen.
- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Zusätzliche Hütchentore aufstellen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Teamwettbewerbe sorgen für Tempo.
- ▶ Kinder messen sich gern miteinander.
- ▶ Beim Dribbeln auf Beidfüßigkeit achten.

THEMA: FÜR HOHES DRIBBELTEMPO SORGEN



SCHLUSSTEIL:

TEMPODRIBBEL-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 25 x 20 Meter großes Feld mit 2 Miniretoren markieren
- ▶ Außerhalb einer Seitenlinie 2 Starthütchen und 1 Hütchen gemäß Abbildung platzieren
- ▶ Die Teams beibehalten
- ▶ Pro Spieler 1 Ball
- ▶ Die Teams jeweils an 1 Starthütchen postieren
- ▶ Als Trainer mit Bällen an der gegenüberliegenden Seitenlinie aufstellen

ABLAUF

- ▶ Spielt der Trainer einen Ball ins Feld, dribbeln die Teams zum mittleren Hütchen.
- ▶ Dort lassen sie ihre Bälle liegen und starten zum 4 gegen 4 ins Feld.
- ▶ Bei Torerfolg dribbeln die Teams sofort einen Ball zum jeweiligen Starthütchen.

VARIATIONEN

- ▶ 3 gegen 3.
- ▶ Auf Jugendtore mit Torhütern spielen.
- ▶ Die Teams sprinten zum mittleren Hütchen und von dort ins Feld.
- ▶ Freies Spiel.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Schwerpunkt des Trainings gelegentlich ins Abschlusspiel einbinden.
- ▶ In kleinen Feldern und kleinen Teams spielen.
- ▶ Kleine Teams sorgen für viele Dribbelaktionen.