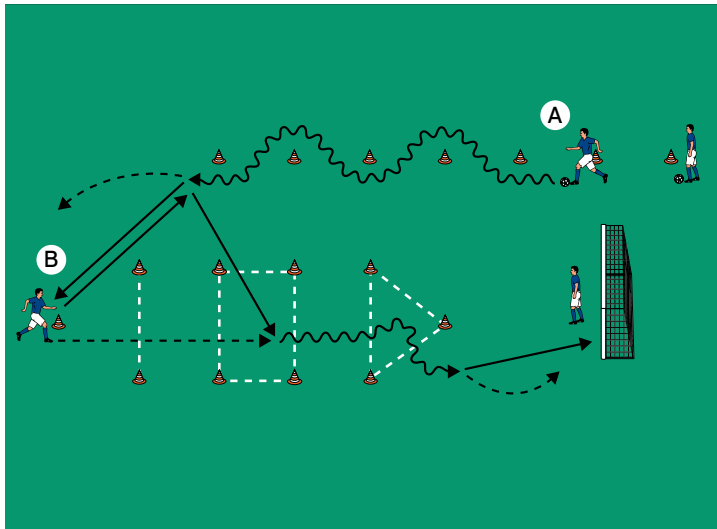
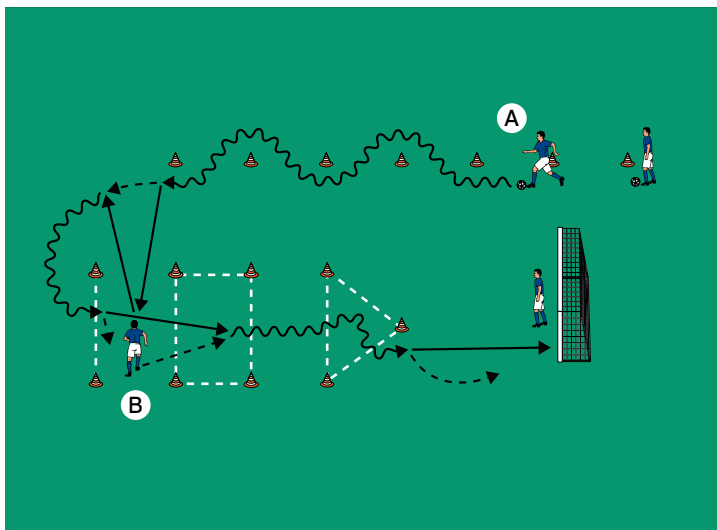


THEMA: DRIBBLING



Übung 1



Übung 2

TRAININGSFORM 3:

TECHNIK-RUNDLAUF MIT TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Das Minitor durch 1 Großtor mit Torhüter ersetzen
- ▶ 1 Positionshütchen entfernen
- ▶ Die übrigen Spieler an den Startpositionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei Position A haben Bälle.

ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ A dribbelt durch den Slalom und passt zu B, der klatschen lässt und ins Hütchenfeld läuft.
- ▶ A passt in den Lauf von B, der im Feld zum Hütchendreieck an- und mitnimmt.
- ▶ Dort führt B eine Finte aus und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position vor.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Spieler erzielt die meisten Treffer?

ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ B positioniert sich zwischen Hütchentor und -feld.
- ▶ A dribbelt durch den Slalom und spielt einen Doppelpass mit B, der anschließend in das Hütchenfeld läuft.
- ▶ A nimmt zum Hütchentor an und mit, durchdribbelt dieses und passt zu B, der zum Hütchendreieck an- und mitnimmt.
- ▶ Dort führt B eine Finte aus und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Jeder Spieler agiert für einen Durchgang als Torhüter. Welcher Torhüter kassiert die wenigsten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter rücken ebenfalls eine Position weiter.
- ▶ Die Finten beidfüßig ausführen.
- ▶ Beim Slalom auf eine enge Ballführung achten.
- ▶ Mit höchstmöglichem Tempo bei optimaler Genauigkeit dribbeln.
- ▶ Auf ein präzises und in der Schärfe angemessenes Passspiel achten.