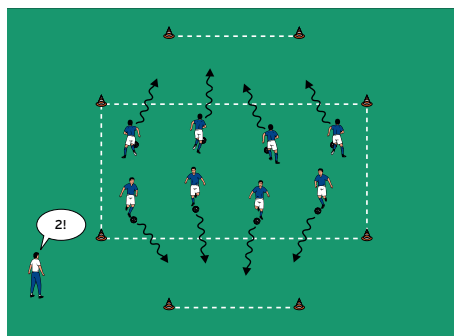
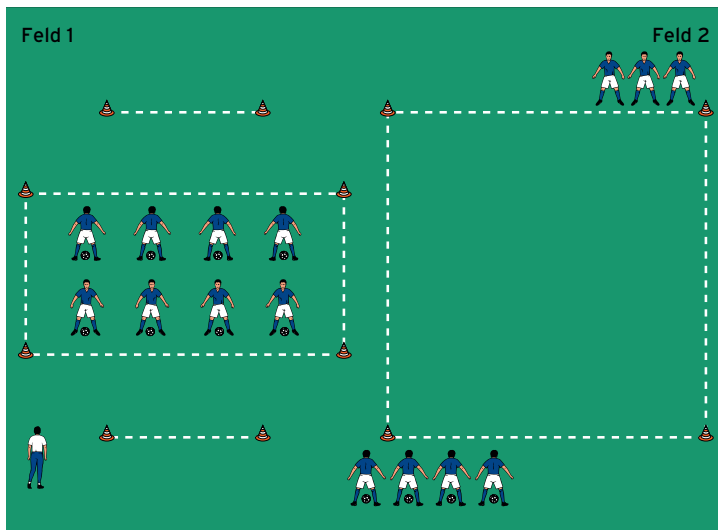
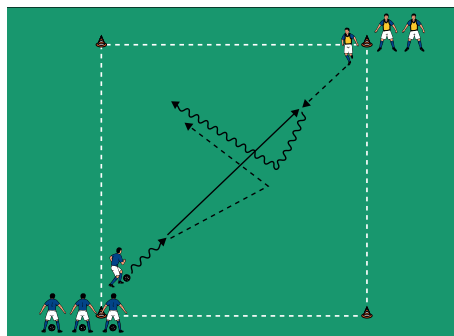


## THEMA: VERTEIDIGEN AUF DER 'INNEREN LINIE'



Feld 1



Feld 2

### AUFWÄRMEN 1:

#### LINIEN-DRIBBLING

##### ORGANISATION

- ▶ Feld 1: 1 Feld errichten und hinter den Grundlinien je 1 Dribbellinie markieren
- ▶ Feld 2: 1 Hütchenquadrat errichten
- ▶ 2 Gruppen bilden und auf die Felder verteilen

##### ABLAUF FELD 1

- ▶ Die Spieler dribbeln frei im mittleren Feld.
- ▶ Der Trainer startet durch Zuruf einer Zahl die Aktion:
  - Kommando 1: Die Spieler dribbeln über die Seitenlinien des Feldes zu einer der Dribbellinien hinter den Grundlinien.
  - Kommando 2: Die Spieler dribbeln über die Grundlinien direkt über eine der beiden Dribbellinien.
- ▶ Die Spieler können je nach Kommando die Seiten- bzw. Grundlinien des Feldes frei wählen, über die sie dribbeln möchten, müssen jedoch bei der nächsten Aktion mit dem gleichen Kommando die jeweils andere Hütchenlinie überdribbeln.

##### ABLAUF FELD 2

- ▶ 2 Gruppen bilden und an 2 gegenüberliegenden Ecken des Feldes aufstellen.
- ▶ Der erste Spieler von Blau dribbelt ins Feld und passt zum ersten Spieler von Gelb, der ins Feld an- und mitnimmt.
- ▶ Gleichzeitig läuft der Passgeber den Ballbesitzer seitlich an und gibt so eine Seite vor, zu der dieser wegdribbeln soll.
- ▶ Unmittelbar vor der Feldmitte dribbelt der Ballbesitzer zum vorgegebenen freien Eckhütchen.
- ▶ Blau läuft ihm dorthin nach.
- ▶ Anschließend wechseln beide Spieler die Positionen und Aufgaben und die nächsten beiden Spieler starten ins Feld usw.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In Feld 1 auf dem Weg zu den Hütchenlinien eine Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ Das Tempo gegebenenfalls nach einer Weile steigern: Die jeweils ersten Spieler, die eine Hütchenlinie überdribbeln, erhalten 1 Punkt.
- ▶ In Feld 2 unbedingt darauf achten, dass es im Feld nicht zu aktiven Zweikämpfen kommt.
- ▶ Als Passgeber dem Abspiel so nachlaufen, dass der Passempfänger nur zu einer Seite wegdribbeln kann. Dabei vornehmlich versuchen, den Dribbler auf dessen schwächeren Fuß zu lenken.