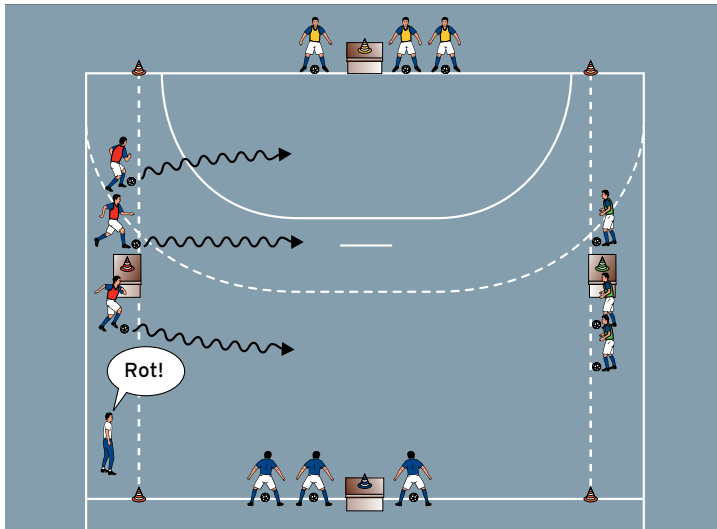


THEMA: DRIBBEL-SPIELE IN DER HALLE



AUFWÄRMEN 1:

FARBKOMMANDO I

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld markieren
- ▶ Mittig auf jeder Seitenlinie 1 Kleinkasten mit je 1 verschiedenfarbigen Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler mit Bällen hinter den Kästen verteilen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Hütchenfarbe auf und startet so die Aktion.
- ▶ Die aufgerufenen Spieler dribbeln ins Feld.
- ▶ Auf ein weiteres Kommando dribbeln die Spieler zu ihrem Kasten zurück, die jeweils nächsten Spieler starten usw.

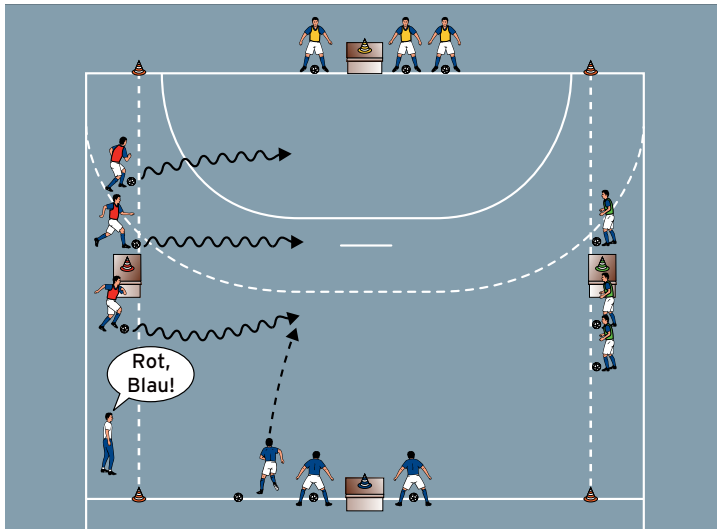
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Den Ball mit der Fußsohle führen.
- ▶ Mit der Hand durch das Feld prellen/rollen.
- ▶ Die Spieler dribbeln durch das Feld und spielen 'Doppelpässe' mit den Kleinkästen.
- ▶ 2 Farben gleichzeitig aufrufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler ungefähr gleich häufig aufgerufen werden.
- ▶ Sobald der Trainer eine neue Farbe aufruft, müssen die anderen Spieler sofort aus dem Feld dribbeln.
- ▶ Beim Dribbling den Blick vom Ball lösen, die Spielumgebung beobachten und Zusammenstöße mit den Mitspielern vermeiden.
- ▶ Sind nicht ausreichend Bälle vorhanden, jeder Gruppe nur 2 Bälle geben. Die Spieler passen sich dann jeweils gegenseitig zu.

THEMA: DRIBBEL-SPIELE IN DER HALLE



AUFWÄRMEN 2:

FARBKOMMANDO II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten
- ▶ 4 Gruppen bilden und an den Kleinkästen aufstellen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet den Durchgang, indem er 2 Hütchenfarben aufruft.
- ▶ Die Spieler vom zuerst genannten Hütchen dribbeln als Angreifer ins Feld.
- ▶ Der erste Spieler vom zweitgenannten Hütchen läuft als Verteidiger ins Feld und versucht, die Bälle der Angreifer aus dem Feld zu spielen.
- ▶ Hat ein Angreifer seinen Ball verloren, so muss er mit seinen Mitspielern zusammenspielen.
- ▶ Welche Gruppe behält ihre Bälle am längsten im Feld?

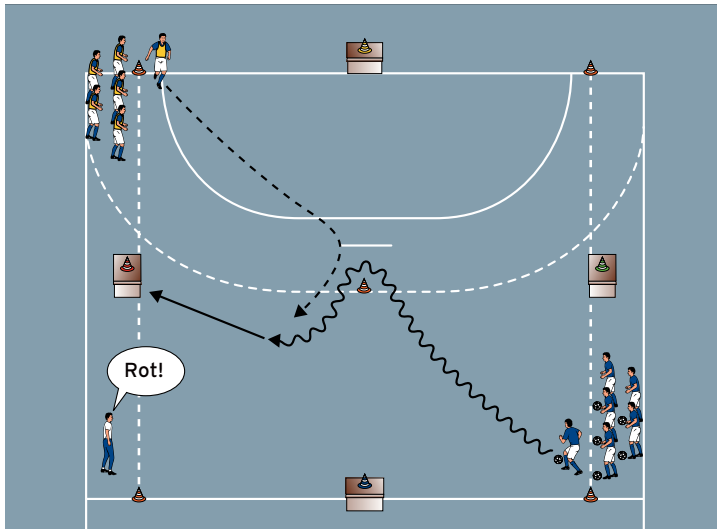
VARIATIONEN

- ▶ Je 2 Verteidiger starten ins Feld.
- ▶ Nacheinander den ersten, zweiten und dritten Verteidiger zum 1 gegen 3, 2 gegen 3 und 3 gegen 3 ins Feld schicken.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler ungefähr gleich häufig aufgerufen werden.
- ▶ Bei Ballverlust sofort umschalten und die Mitspieler beim 'Ballbehaupten' unterstützen.
- ▶ Als Ballbesitzer ruhig agieren und erst unter direktem Gegnerdruck abspielen.
- ▶ Als Verteidiger die Bälle nicht unkontrolliert wegschießen, sondern nur kurz aus dem Feld spielen.

THEMA: DRIBBEL-SPIELE IN DER HALLE



HAUPTTEIL 1:

FARB-DRIBBLING I

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau von zuvor weiter verwenden
- ▶ 1 weiteres Hütchen in der Feldmitte aufstellen
- ▶ 2 Gruppen bilden und diagonal gegenüber aufstellen
- ▶ Die Spieler von Blau haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Hütchenfarbe auf.
- ▶ Der erste Ballbesitzer dribbelt ins Feld und versucht den vorgegebenen Kasten zu treffen.
- ▶ Gleichzeitig läuft ein Verteidiger ins Feld und versucht, den Ball zu erobern.
- ▶ Gelingt dies, so versucht er selbst, beim aufgerufenen Kasten einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Jedes Spiel dauert so lange, bis ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wurde.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

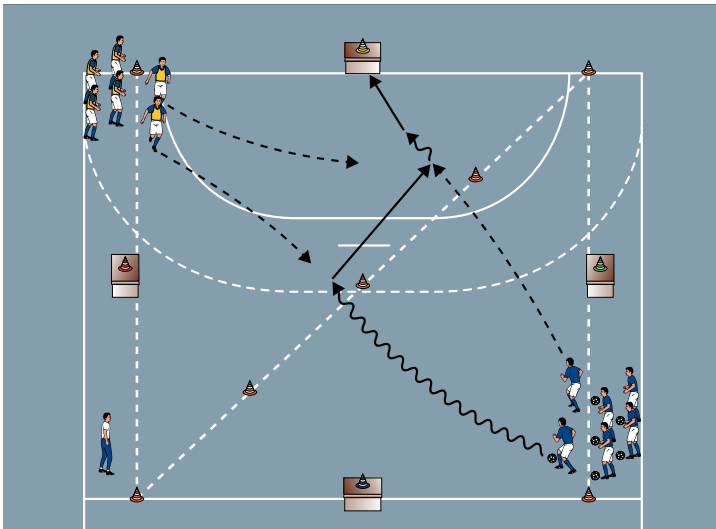
VARIATIONEN

- ▶ Der Angreifer kann auch beim jeweils gegenüberliegenden Kasten einen Treffer erzielen.
- ▶ 2 Hütchenfarben gleichzeitig aufrufen.
- ▶ Durch einen erneuten Farb-Zuruf den Zielkasten für den Angreifer plötzlich wechseln.
- ▶ Der Verteidiger greift bei Ballgewinn auf den jeweils gegenüberliegenden Kasten an.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei einem schnellen Ballverlust gegebenenfalls einen zweiten Ball einspielen.
- ▶ Als Ballbesitzer stets risikoreich nach vorne dribbeln und den Ball nicht mit dem Rücken zum Gegner absichern.
- ▶ Die Kästen zum 'Doppelpassspiel' nutzen.

THEMA: DRIBBEL-SPIELE IN DER HALLE



HAUPTTEIL 2:

FARB-DRIBBLING II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Teams beibehalten
- ▶ Zusätzlich eine diagonale Mittellinie markieren
- ▶ Die Mannschaften diagonal gegenüber aufstellen
- ▶ Blau erhält zunächst das Angriffsrecht
- ▶ Die Spieler jeweils paarweise zuordnen
- ▶ Jedes Spielerpaar hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die ersten beiden Spieler von Blau laufen bzw. dribbeln ins Feld und versuchen, bei einem der gegenüberliegenden Kästen einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Gleichzeitig laufen 2 Spieler von Gelb als Verteidiger ins Feld und versuchen, den Ball zu erobern.
- ▶ Gelingt dies, so kontern sie auf die beiden anderen Kästen.
- ▶ Jedes 2 gegen 2 dauert so lange, bis ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wurde.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Positionen und Aufgaben wechseln.

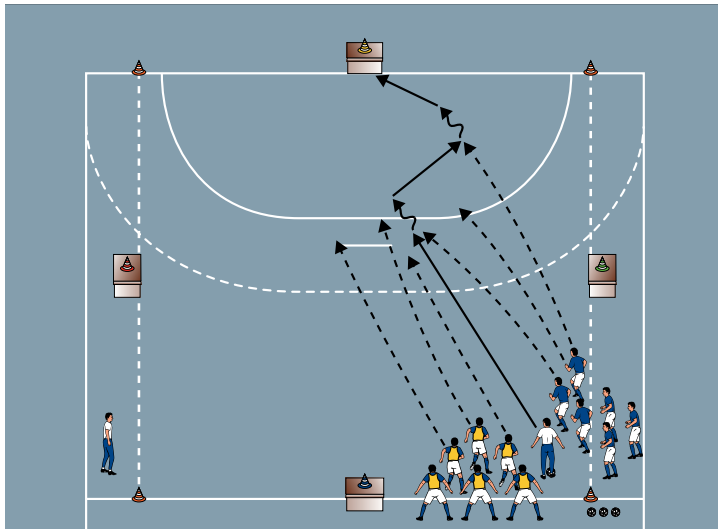
VARIATIONEN

- ▶ Nach dem Überdribbeln der Mittellinie dürfen die Angreifer bei allen Kästen gültige Treffer erzielen.
- ▶ Das Zieltor per Trainerkommando vorgeben.
- ▶ Zwei Farben hintereinander aufrufen.
- ▶ Die Zieltore auf ein weiteres Trainerkommando wechseln.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team erzielt insgesamt die meisten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen jeweils zuerst in die gegnerische Hälfte dribbeln, ehe sie einen gültigen Treffer erzielen dürfen.
- ▶ Wird der Ball zu schnell verspielt, als Trainer gegebenenfalls einen zweiten Ball einspielen.
- ▶ Die Angreifer selbst zwischen sinnvoller Einzelaktion und effektivem Zusammenspiel entscheiden lassen.

THEMA: DRIBBEL-SPIELE IN DER HALLE



SCHLUSSTEIL:

TEAM-SPIEL IM 3 GEGEN 3

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Die Hütchen und die diagonale Mittellinie entfernen
- ▶ Der Trainer stellt sich mit Bällen mittig zwischen den beiden Teams auf

ABLAUF

- ▶ Auf ein neutrales Trainerzuspiel laufen je 3 Spieler beider Teams zum 3 gegen 3 auf die Kastentore ins Feld.
- ▶ Die Ballbesitzer können bei allen 4 Kästen gültige Treffer erzielen.
- ▶ Wird ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt, spielt der Trainer einen weiteren Ball neutral ein usw.
- ▶ Jeder Durchgang dauert so lange, bis 3 Bälle verspielt wurden.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt insgesamt die meisten Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Im 2 gegen 2 oder im 4 gegen 4 spielen.
- ▶ Jede Mannschaft greift auf 2 Kleinkästen an und verteidigt die beiden anderen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die erzielten Treffer laut mitzählen.
- ▶ Das Spiel auf 4 Kleinkästen schult schnelle Richtungswechsel sowie die stete Orientierung der Spieler im Raum.
- ▶ Werden die Bälle zu schnell verspielt, das Spielfeld gegebenenfalls vergrößern und die Hallenwände als Banden ins Spielfeld einbeziehen.