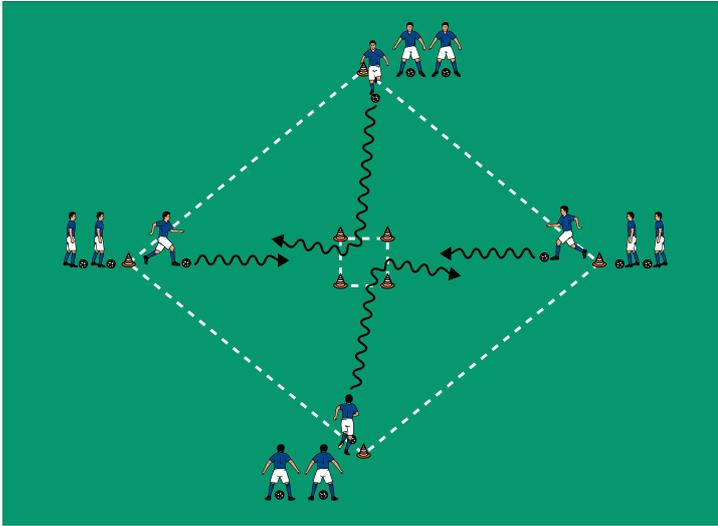


THEMA: FINTEN GESCHICKT EINSETZEN



AUFWÄRMEN 1:

FINTEN-DREIECKE

ORGANISATION

- ▶ 4 Starthütchen in einer etwa 20 Meter großen Raute aufstellen
- ▶ Mittig im Feld ein 2 x 2 Meter großes Feld mit zentralen Hütchen markieren, so dass sich vor jedem Starthütchen ein Finten-Dreieck ergibt
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln ins Finten-Dreieck vor dem Starthütchen und kappen mit der rechten/linken Außenseite zum rechten/linken Starthütchen.
- ▶ Die nächsten Spieler starten, sobald die Vordermänner aus dem Finten-Dreieck gedribbelt sind.

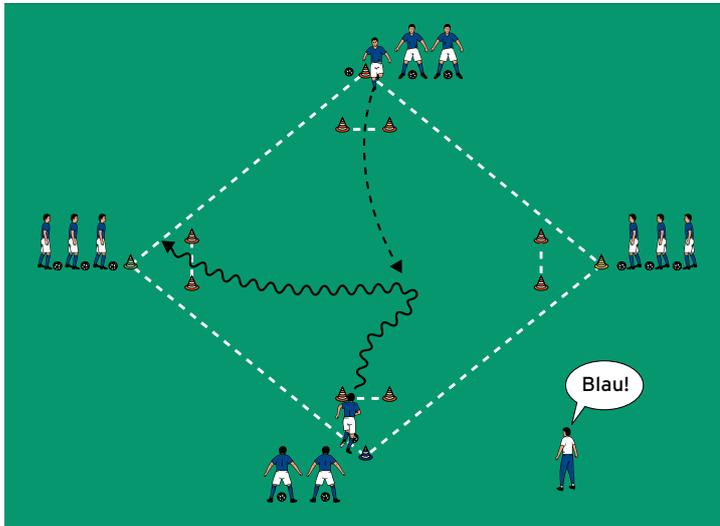
VARIATIONEN

- ▶ Im Finten-Dreieck eine Finte machen.
- ▶ Der Trainer sagt jeweils an, zu welcher Seite die Spieler aus dem Finten-Dreieck dribbeln sollen.
- ▶ Der Trainer zeigt jeweils an, zu welcher Seite die Spieler aus dem Finten-Dreieck dribbeln sollen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die ersten Spieler stimmen sich ab und starten jeweils gleichzeitig.
- ▶ Immer bis ins Finten-Dreieck dribbeln und dann den Ball vor dem zentralen Hütchen wegakken.
- ▶ Mit einem Kontakt seitlich aus dem Finten-Dreieck kappen.

THEMA: FINTEN GESCHICKT EINSETZEN



AUFWÄRMEN 2:

FINTEN-TORE

ORGANISATION

- ▶ 4 verschiedenfarbige Starthütchen in einer etwa 20 Meter großen Raute aufstellen
- ▶ 2 Meter vor jedem Starthütchen ein 2 Meter breites Hütchentor errichten
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Sobald der Trainer eine Hütchenfarbe aufruft, dribbelt der erste Spieler vom aufgerufenen Starthütchen ins Feld und versucht ein anderes Hütchentor zu durchdribbeln.
- ▶ Der erste Spieler vom Starthütchen gegenüber, läuft als Fänger ins Feld und versucht den Dribbler vor Durchdribbeln eines Hütchentores abzuschlagen.

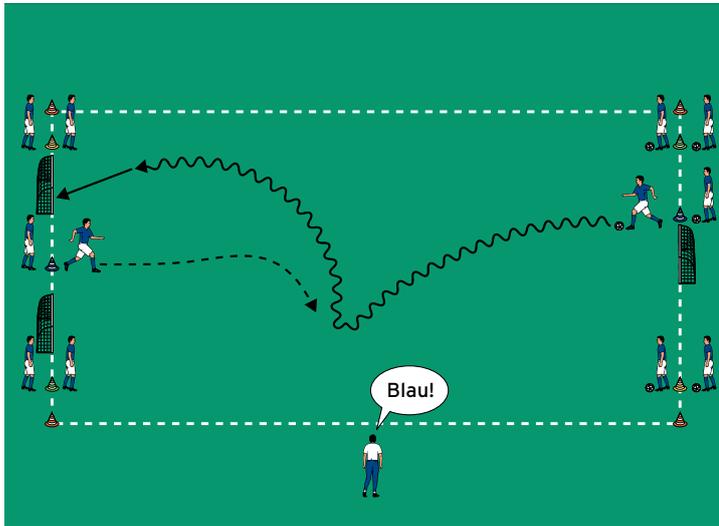
VARIATIONEN

- ▶ Der Spieler trägt den Ball in der Hand und versucht ein Hütchentor zu durchlaufen.
- ▶ Der Fänger ist Verteidiger, versucht den Ball zu erobern und auf ein anderes Hütchentor zu kontern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler und Fänger müssen immer erst das Hütchentor vor dem Starthütchen durchdribbeln/durchlaufen.
- ▶ Als Dribbler möglichst zentral zwischen den Hütchentoren agieren.
- ▶ Dribbeln die Spieler außerhalb der Hütchentore, den Durchgang abbrechen.
- ▶ Nach jedem Durchgang stellen sich die Spieler wieder an ihrem Starthütchen an.

THEMA: FINTEN GESCHICKT EINSETZEN



HAUPTTEIL 1:

GLEICHZAHL-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 15 x 30 Meter großes Spielfeld markieren
- ▶ Auf einer Grundlinie 2 Minitor und auf der anderen Grundlinie ein Minitor errichten.
- ▶ Auf jeder Grundlinie 3 verschiedenfarbige Starthütchen aufstellen
- ▶ 2 Teams bilden und jedes Team an die Starthütchen auf einer Grundlinie verteilen, wobei das Team neben dem einzelnen Minitor Bälle hat

ABLAUF

- ▶ Der Angreifer dribbelt gegen einen Verteidiger von den aufgerufenen Starthütchen zum 1 gegen 1 ins Feld.
- ▶ Der Angreifer greift auf beide Minitor auf der gegenüberliegenden Grundlinie an und der Verteidiger kontert auf das einzelne Minitor.
- ▶ Nach einigen Durchgängen wechseln die Teams Positionen und Aufgaben.

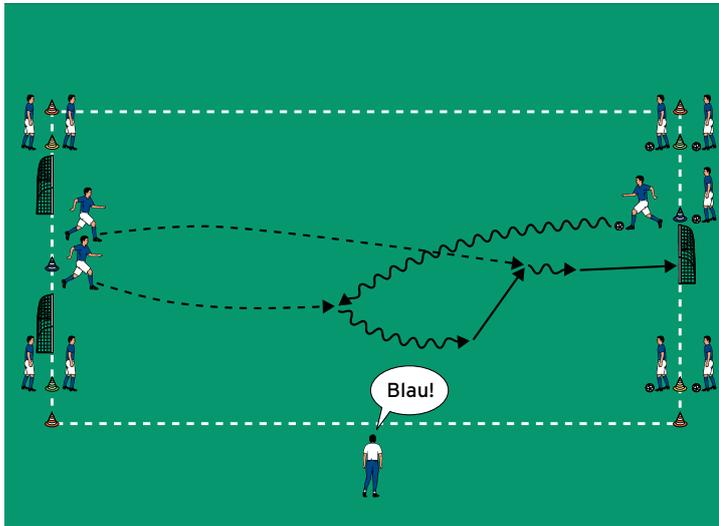
VARIATIONEN

- ▶ Die Verteidiger haben Bälle und spielen zunächst zu den Angreifern flach zu.
- ▶ Die Verteidiger haben Bälle und werfen zunächst zu den Angreifern hoch zu.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jedes 1 gegen 1 so lange laufen lassen, bis ein Treffer erzielt oder der Ball verspielt ist.
- ▶ Nach jedem Durchgang stellen sich die Spieler an einem anderen Starthütchen bei ihrem Team wieder an.

THEMA: FINTEN GESCHICKT EINSETZEN



HAUPTTEIL 2:

UNTERZAHL-DRIBBLING

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten

ABLAUF

- ▶ Sobald der Trainer eine Hütchenfarbe aufruft, dribbelt ein Angreifer gegen 2 Verteidiger von den aufgerufenen Hütchen zum 1 gegen 2 ins Feld.
- ▶ Der Angreifer greift auf beide Minitorer auf der gegenüberliegenden Grundlinie an und die Verteidiger kontern auf das einzelne Minitorer.
- ▶ Nach einigen Durchgängen wechseln die Teams Positionen und Aufgaben.

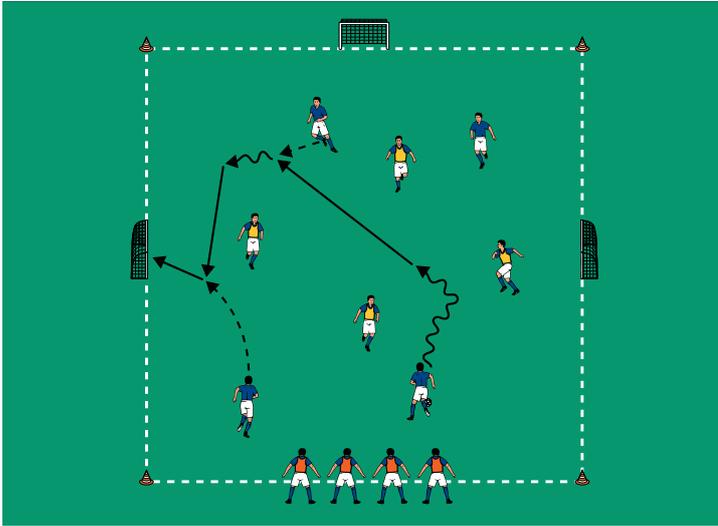
VARIATIONEN

- ▶ Die Verteidiger haben Bälle und spielen zunächst zu den Angreifern flach zu.
- ▶ Die Verteidiger haben Bälle und werfen zunächst zu den Angreifern hoch zu.
- ▶ Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball verspielt ist, dribbelt der nächste Angreifer vom aufgerufenen Hütchen zum 2 gegen 2 ins Feld.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jedes 1 gegen 2 so lange laufen lassen, bis ein Treffer erzielt oder der Ball verspielt ist.
- ▶ Ein vorheriges Zuspiel oder ein Zuwurf erschwert die Aufgabe für den Angreifer, da die Verteidiger weiter heranrücken können.

THEMA: FINTEN GESCHICKT EINSETZEN



SCHLUSSTEIL:

3-TORE-ANGRIFF

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 30 x 30 Meter großes Spielfeld markieren
- ▶ Mittig auf 3 Seitenlinien jeweils ein Minitor errichten
- ▶ 3 Teams bilden

ABLAUF

- ▶ 2 Teams spielen im 4 gegen 4 und das dritte Team pausiert.
- ▶ Das jeweils ballbesitzende Team greift auf alle Minitore an.
- ▶ Die Spielzeit beträgt jeweils 4 Minuten.
- ▶ Ein Turnier nach dem Modus "jeder gegen jeden" mit Hin- und Rückrunde spielen.

VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Welches Team erzielt insgesamt die meisten Treffer?
- ▶ Wettbewerb: Welches Team erzielt zuerst bei jedem Minitor einen Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Spiel die Übersicht behalten und das Spielgeschehen im Dribbling oder Passspiel immer wieder verlagern.
- ▶ Ersatzbälle um das Spielfeld verteilen, so dass sich das Spiel bei ausgespielten Bällen direkt fortsetzen lässt.
- ▶ Das pausierende Team sammelt verspielte Bälle ein.