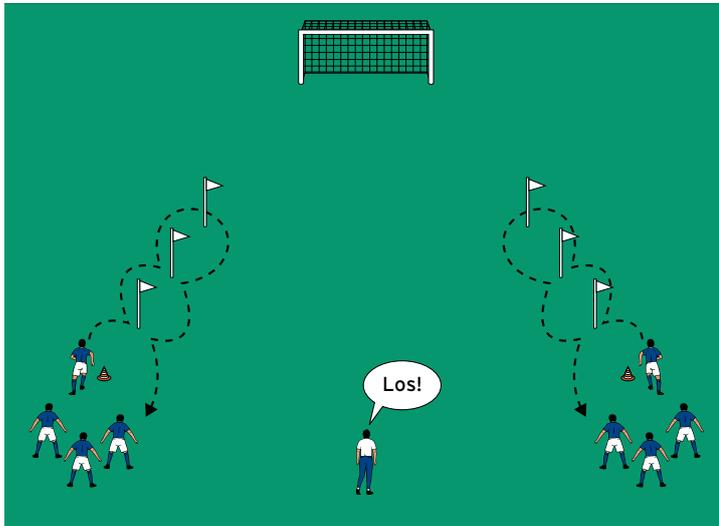


## THEMA: MIT EINFACHEN DRIBBELAUFGABEN ZUM ERFOLG



### AUFWÄRMEN 1:

#### STANGEN-TICKEN-STAFFEL

##### ORGANISATION

- ▶ 1 Jugendtor aufstellen
- ▶ 6 Stangen und 2 Starthütchen gemäß Abbildung errichten
- ▶ Die Spieler am Starthütchen postieren

##### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando starten die ersten Spieler, berühren sowohl auf dem Hin- als auch dem Rückweg alle Stangen und klatschen den nächsten Spieler ab.

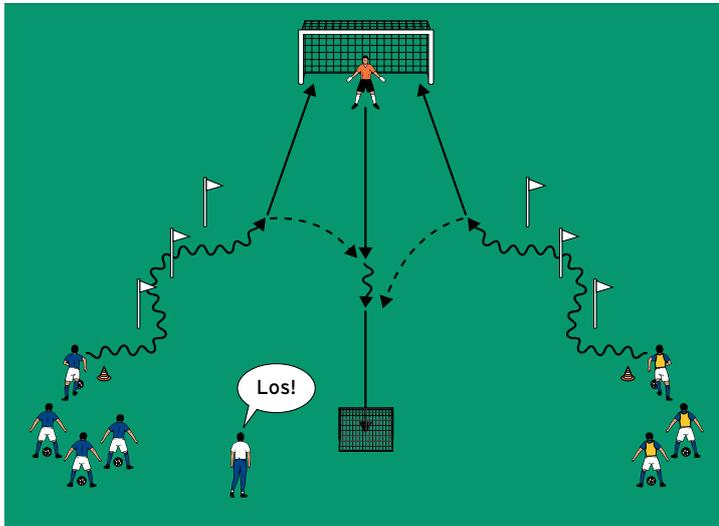
##### VARIATIONEN

- ▶ Einen Staffelwettbewerb durchführen.
- ▶ Von der dritten Stange zur ersten Stange, dann zur zweiten Stange und zurück zum Start laufen.
- ▶ Rückwärts laufen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Staffelwettbewerbe sorgen für Tempo.
- ▶ Schnelligkeit hat im Fußball eine große Bedeutung.
- ▶ In allen Trainingsformen auf ein spielerisches Vermitteln achten.

## THEMA: MIT EINFACHEN DRIBBELAUFGABEN ZUM ERFOLG



### AUFWÄRMEN 2:

#### STANGEN-SLALOM-DUELL

##### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Ein Minitor gegenüber errichten
- ▶ 1 Torhüter besetzt das Tor
- ▶ 2 Teams bilden und je 1 Starthütchen zuteilen
- ▶ Pro Spieler 1 Ball

##### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die ersten Spieler im Slalom um die Stangen und schießen auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Anschließend rollt der Torwart einen weiteren Ball zum 1 gegen 1 ins Feld.

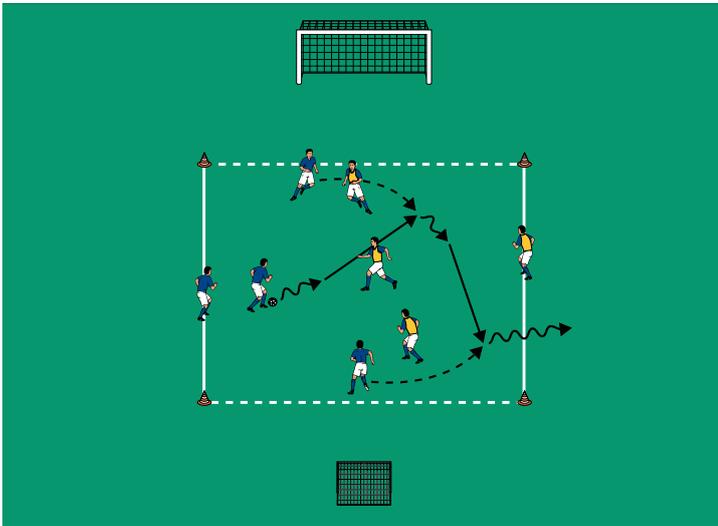
##### VARIATIONEN

- ▶ Eine Stange vollständig umdribbeln.
- ▶ Teamwettbewerb: Welches Team erzielt die meisten Treffer?
- ▶ An den Stangen entlang dribbeln.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beim Dribbeln auf spielnahe Trainingsformen achten.
- ▶ Die Kinder nicht durch zu enge Slaloms überfordern.
- ▶ Kleine Wettbewerbe motivieren die Kinder.

## THEMA: MIT EINFACHEN DRIBBELAUFGABEN ZUM ERFOLG



### HAUPTTEIL 1:

#### LINIEN-DRIBBEL-SPIEL

##### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Stangen und Starthütchen entfernen
- ▶ Ein 15 x 20 Meter großes Feld zwischen den Toren markieren
- ▶ 2 Teams einteilen

##### ABLAUF

- ▶ 3 gegen 3 auf Dribbellinien.
- ▶ Der vierte Spieler ist Verteidiger und darf nur auf der Linie verteidigen.
- ▶ Der Verteidiger wechselt nach jedem Treffer.

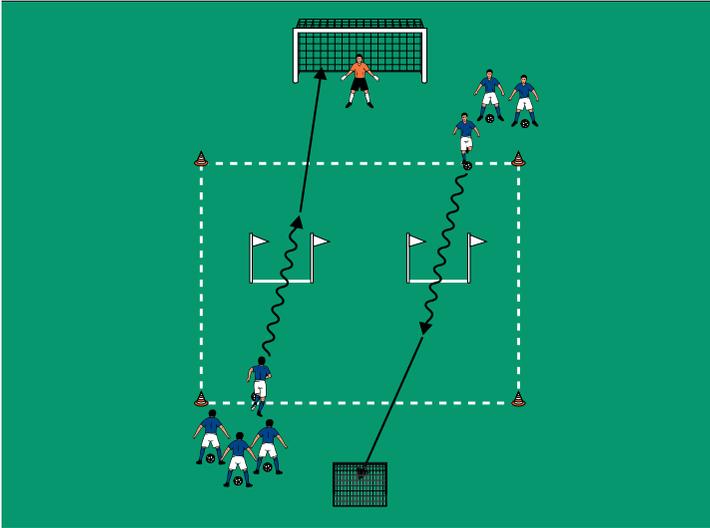
##### VARIATIONEN

- ▶ Auf 4 Hütchentore spielen.
- ▶ 4 gegen 4.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Linientore motivieren zum Dribbeln.
- ▶ Die Kinder dürfen sich beim Dribbeln frei ausleben.
- ▶ Spielformen auch in der Mitte des Trainings anbieten.

## THEMA: MIT EINFACHEN DRIBBELAUFGABEN ZUM ERFOLG



### HAUPTTEIL 2:

## STANGENTOR-DRIBBELN

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Mittig im Feld 2 enge Stangentore aufbauen
- ▶ 1 Torhüter besetzt das Tor
- ▶ Die Spieler mit Bällen gemäß Abbildung postieren

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln nacheinander durch die Stangentore und schießen aus dem Feld auf das Tor mit Torhüter bzw. Minitor ab.
- ▶ Anschließend bei der anderen Gruppe anstellen.

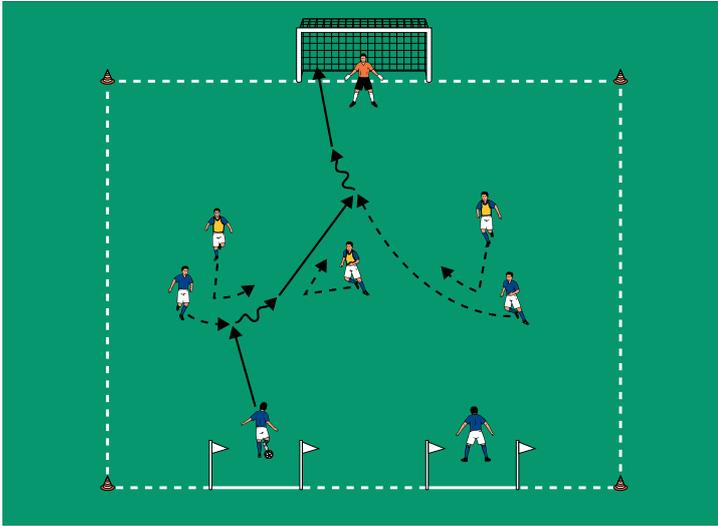
### VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Einen Pass durch das Stangentor spielen.
- ▶ Auf 2 Jugentore schießen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Einfache Dribbelaufgaben stellen.
- ▶ Das Dribbeln mit dem Torabschluss verbinden.
- ▶ Rundläufe verringern Wartezeiten.

## THEMA: MIT EINFACHEN DRIBBELAUFGABEN ZUM ERFOLG



### SCHLUSSTEIL:

## ÜBERZAHL-STANGEN-SPIEL

### ORGANISATION

- ▶ Ein 25 x 20 Meter großes Feld mit 1 Jugendtor und 2 Stangentoren auf den Grundlinien errichten
- ▶ 2 Teams einteilen
- ▶ Ein Team benennt 1 Torhüter für das Jugendtor, das andere Team 2 Torhüter für die Stangentore.

### ABLAUF

- ▶ 3 gegen 2 auf das Tor bzw. die Stangentore.
- ▶ Nach der Hälfte der Spielzeit die Seiten wechseln.

### VARIATIONEN

- ▶ Ohne Torhüter spielen.
- ▶ 4 gegen 3.
- ▶ Mit einem Reflex- oder Softball spielen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Für kleine Fußballspiele genug Zeit einplanen.
- ▶ Das Team in Unterzahl zum Dribbeln ermutigen.
- ▶ Verschiedene Bälle verbessern das Ballgefühl.