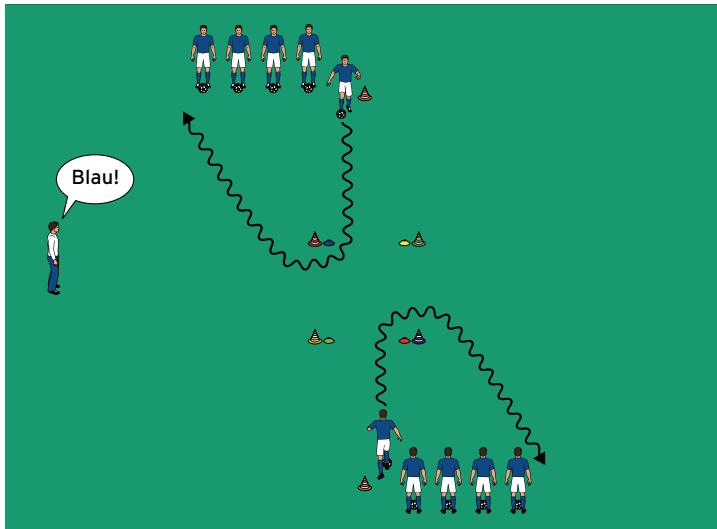


THEMA: DRIBBELN IST SPIELER*INNEN-SACHE



AUFWÄRMEN 1:

DOPPEL-FARBEN-VIERECK

ORGANISATION

- ▶ 2 Starthütchen mit einem Abstand 20 Metern aufstellen.
- ▶ Mittig mit 4 großen sowie 4 kleinen verschiedenfarbigen Hütchen ein 3 x 3 Meter großes Viereck errichten.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Farbe auf.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler von einem Starthütchen umdribbeln das große aufgerufene Hütchen, die Spieler vom anderen Starthütchen das kleine Hütchen.

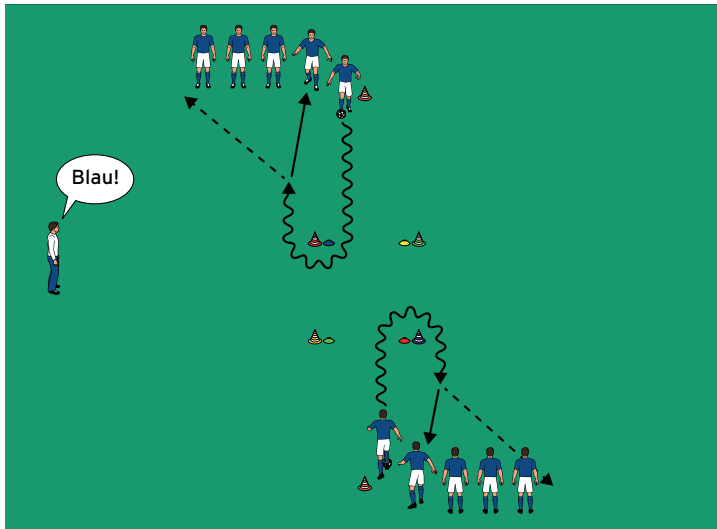
VARIATIONEN

- ▶ Die Hütchen umlaufen.
- ▶ Vor den Hütchen zurückkappen.
- ▶ 2 Farben aufrufen.
- ▶ Nach Umdribbeln des Hütchens zum anderen Starthütchen dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Feld zu freien Räumen orientieren und dem anderen Spieler ausweichen.
- ▶ Die Farben immer schneller aufrufen.

THEMA: DRIBBELN IST SPIELER*INNEN-SACHE



AUFWÄRMEN 2:

**DOPPEL-FARBEN-
VIERECK – WETTBEWERB**

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Nur der jeweils erste Spieler hat 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Farbe auf.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler umdribbeln das große bzw. kleine aufgerufene Hütchen und passen zum nächsten Spieler.
- ▶ Die Gruppe, deren Passemphänger den Ball zuerst kontrolliert, gewinnt 1 Punkt.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe gewinnt zuerst 10 Punkte?

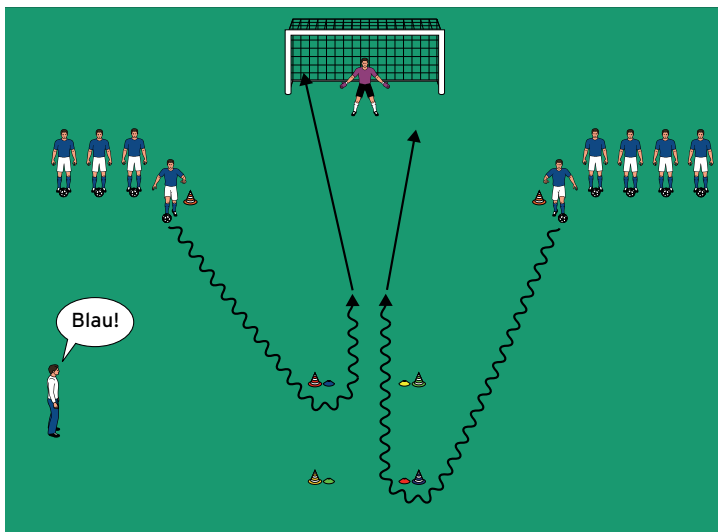
VARIATIONEN

- ▶ Die Hütchen umlaufen und zuwerfen.
- ▶ Vor den Hütchen zurückkappen.
- ▶ 2 bis 4 Farben aufrufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In freie Räume dribbeln und erst bei freiem Passweg zuspiesen.
- ▶ Nur zielgenaue Zuspiele werten und jeden gewonnenen Punkt laut mitzählen.

THEMA: DRIBBELN IST SPIELER*INNEN-SACHE



HAUPTTEIL 1:

**DOPPEL-FARBEN-
VIERECK – TORSCHUSS**

ORGANISATION

- ▶ Etwa 20 Meter vor einem Tor mit Torhüter mit 4 großen sowie 4 kleinen verschiedenfarbigen Hütchen ein 3 x 3 Meter großes Viereck errichten.
- ▶ Seitlich vor dem Tor 2 Starthütchen aufstellen.
- ▶ Die Spieler mit Bällen an den Starthütchen verteilen.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Farbe auf.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler umdribbeln das große bzw. kleine aufgerufene Hütchen und schießen.

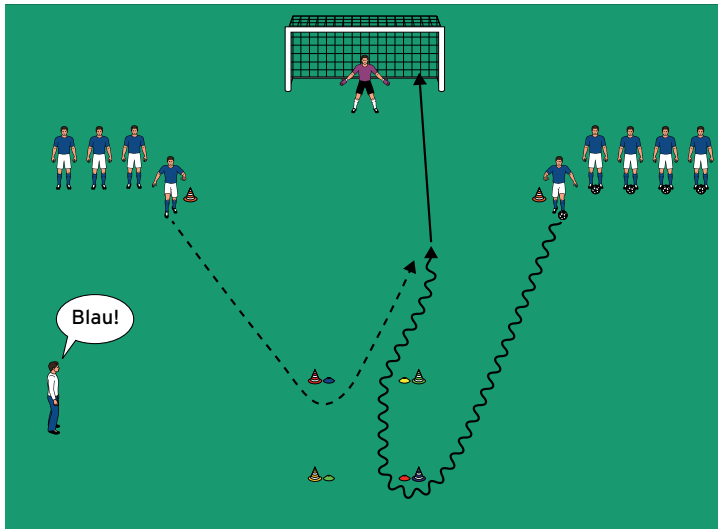
VARIATIONEN

- ▶ Vor den Hütchen zurückkappen.
- ▶ 2 bis 4 Farben aufrufen.
- ▶ Nach jedem Durchgang am anderen Starthütchen anstellen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die großen und kleinen Hütchen so aufstellen, dass die Spieler deutlich zeitversetzt schießen.
- ▶ Gegebenenfalls ein Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- ▶ Den Torhüter regelmäßig wechseln.

THEMA: DRIBBELN IST SPIELER*INNEN-SACHE



HAUPTTEIL 2:

**DOPPEL-FARBEN-
VIERECK – ZWEIKAMPF**

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Nur die Spieler an einem Starthütchen haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft eine Farbe auf.
- ▶ Der Ballbesitzer umdribbelt das große aufgerufene Hütchen und greift auf das Tor an.
- ▶ Der erste Spieler vom anderen Starthütchen umläuft das kleine aufgerufene Hütchen, wird Verteidiger und kontert bei Ballgewinn ins Viereck.

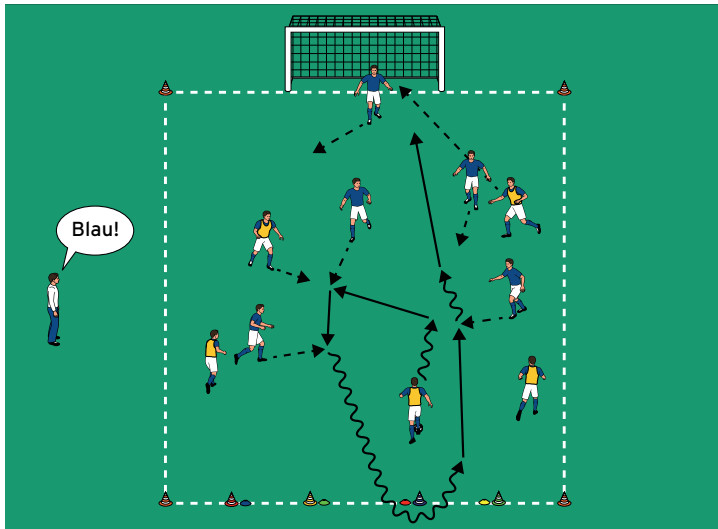
VARIATIONEN

- ▶ Im 1 gegen 1 greifen beide Spieler auf das Tor an.
- ▶ Das Viereck vergrößern/verkleinern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Verteidiger soll den Angreifer durch frontales Stellen oder Nachsetzen unter Druck setzen.
- ▶ Nach einigen Durchgängen wechseln die Spieler die Aufgaben.

THEMA: DRIBBELN IST SPIELER*INNEN-SACHE



SCHLUSSTEIL:

FARBEN-KONTER-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 20 Meter großes Spielfeld markieren.
- ▶ Auf einer Grundlinie ein Tor errichten.
- ▶ Auf der anderen Grundlinie 4 verschiedenfarbige große und kleine Hütchen aufstellen.
- ▶ 2 Teams bilden.

ABLAUF

- ▶ Spiel im 5 gegen 5.
- ▶ Ein Team greift auf das Tor an.
- ▶ Das andere Team stellt einen Torhüter und verteidigt das Tor.
- ▶ Sobald die Verteidiger den Ball erobern, ruft der Trainer ein Hütchen auf, das die Spieler zum Aufgabenwechsel umdribbeln müssen.

VARIATIONEN

- ▶ 2 Hütchen aufrufen, die die Verteidiger umdribbeln können.
- ▶ Die Positionen der Hütchen verändern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Erst nach Umdribbeln des aufgerufenen Hütchens wechseln die Teams die Aufgaben.
- ▶ Das verteidigende Team stellt jeweils einen Torhüter.