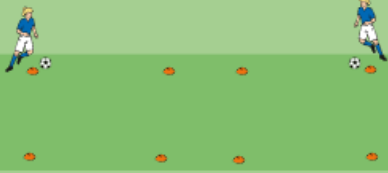
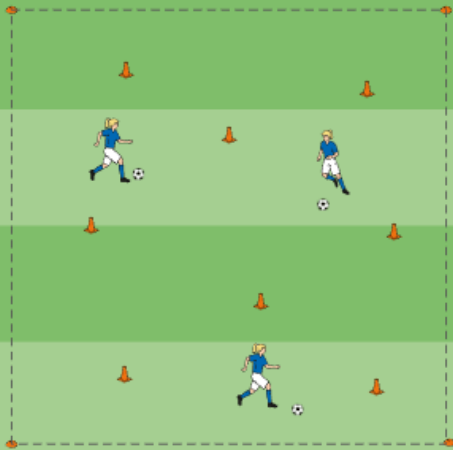


Dribbling

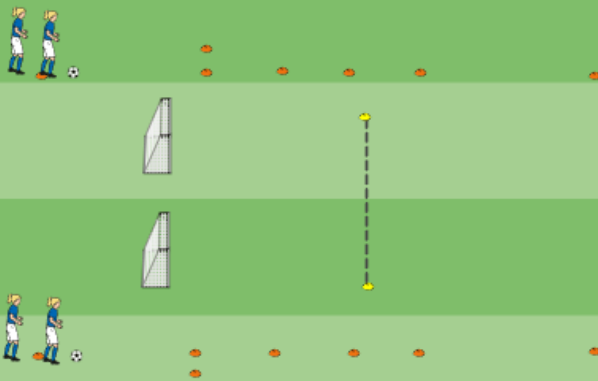


8er Dribbling. Gleichzeitig von beiden Startpositionen losdribbeln. Um die mittleren Hütchen eine 8 dribbeln, zur gegenüberliegenden Gruppe weiterdribbeln. Versch. Dribbelarten, Innenseite, Außenseite, beidfüßig, Blick weg vom Ball.



Freies Dribbling im Feld.
Mit verschiedenen Dribbelarten die Pylonen umdribbeln. Pro Dribbelart Wettkampf - wer umdribbelt zuerst alle Pylonen?

Erschweren: Pylonen umdribbeln, den eigenen Ball beschützen, versuchen andere Bälle aus dem Feld zu schießen/passen.



1 vs 1 und/oder Gruppenwettkampf - wer hat zuerst xx Tore? Wer macht mehr Tore in 2 Min? Seitenwechsel!

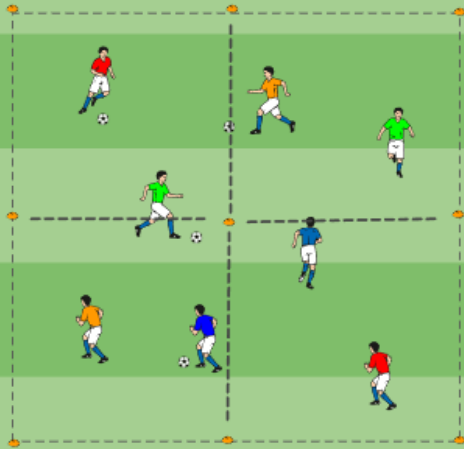
Jeweils von innen in die Hütchenreihe dribbeln, um das obere Wendehütchen und nach der Schußlinie in das Minitor passen.

Passspiel

Partnerpassen in Gassenform.

Beidfüßig, mit Ballannahme, evtl. seitliche Ballmitnahme.

Direktes Spiel (erleichtern, einer spielt den Ball direkt zurück, der Partner nimmt ihn an)

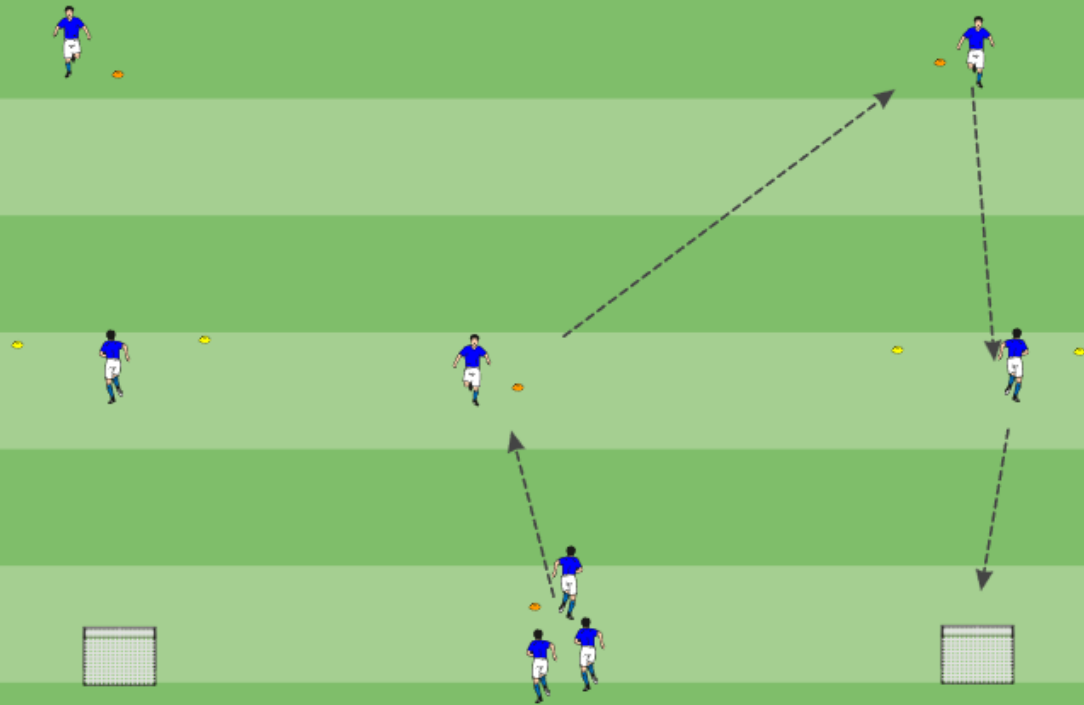


Chaospassen (3-4 Farben)

- 1) Passen nur zu Gleichfarbigen
- 2) Passen zu Gleichfarbigen mit Vorgabe der Reihenfolge (nummerieren)
- 3) Farbe passt zu Farbe, Reihenfolge vorgeben.

Erschweren: 4 Zonen einteilen, Pass darf nur in eine andere Zone gespielt werden. Passgeber muss nach dem Pass die Zone wechseln.

Passspiel



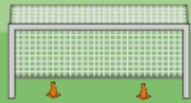
Passen in der Y-Form

Passfolge durchspielen, nach jeder Aktion die andere Seite bespielen. Evtl. Positionen doppelt besetzen um schneller spielen zu können.

Möglich, Wettkampf Trainer vs Team. z.B. Ihr schafft es nicht in 2 min 15 Tore zu erzielen!

Abstände der Könnensstufe anpassen.

Torschuß



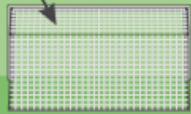
Torschuß als Rundlauf.
1) aus dem Dribbling zum Abschluß.

2) aus dem Dribbling + Finte zum Abschluß.

Wenn ohne TW, Pylonen als Ziele in das Tor stellen, bzw. zwischen Pfosten und Pylone treffen.

Wettkampf, wer trifft wie oft in 2 Min?

Nach einiger Zeit von der anderen Seite des Tores starten.



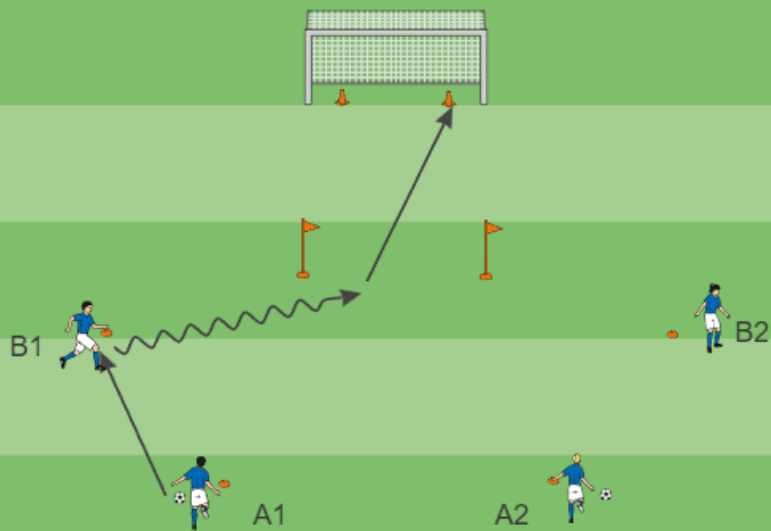
Abschlüsse nach Dribbling + Finte aus verschiedenen Zonen/Positionen.

Evtl. wie oben Pylonen als Ziele nutzen.

Alle rücken eine Position weiter nach rechts/links.



Torschuß 2

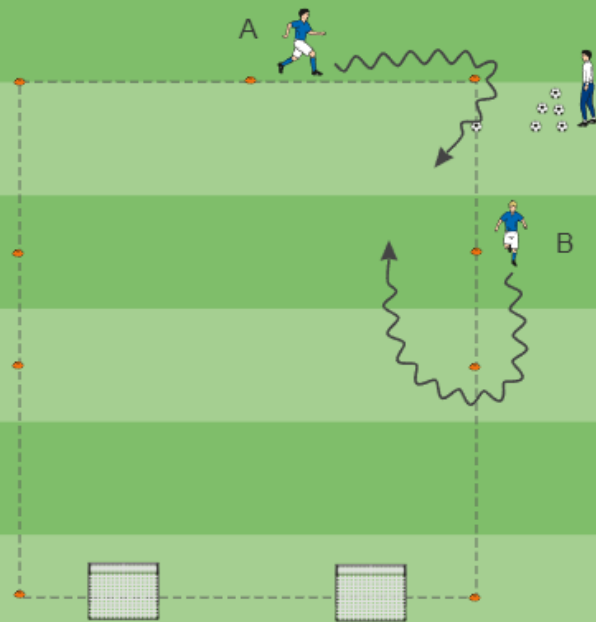


Torschuß über das Standbein nach Ballmitnahme

A1 spielt B1 an, dieser dribbelt quer zur Abwehrkette und schließt zwischen den beiden Stangen über das Standbein ab.
Evtl. Pylonen als Ziele nutzen. Abwechselnd von beiden Seiten spielen.

A1 wird B1
B1 wird A2
A2 wird B2
B2 wird A1

1 vs 1 frontal, seitlich (2)



Auf Trainersignal sprinten A und B jeweils um ihre Wendehütchen.

A sammelt den Ball ein und dribbelt zum 1 vs 1 in das Feld.

B kommt seitlich zum 1 vs 1 in das Feld.

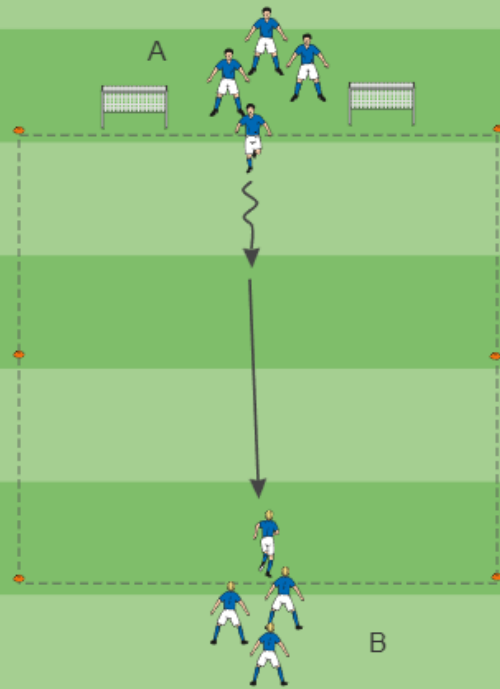
Max. 15 Sekunden Spielzeit.

Konter von B über eine Feldbegrenzung dribbeln.

Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.

Optimal 2x aufbauen, bzw. vorhande Spielfelder nutzen.

1 vs 1 frontal im Zentrum (1)



A dribbelt in das Feld und spielt einen flachen Pass auf B.

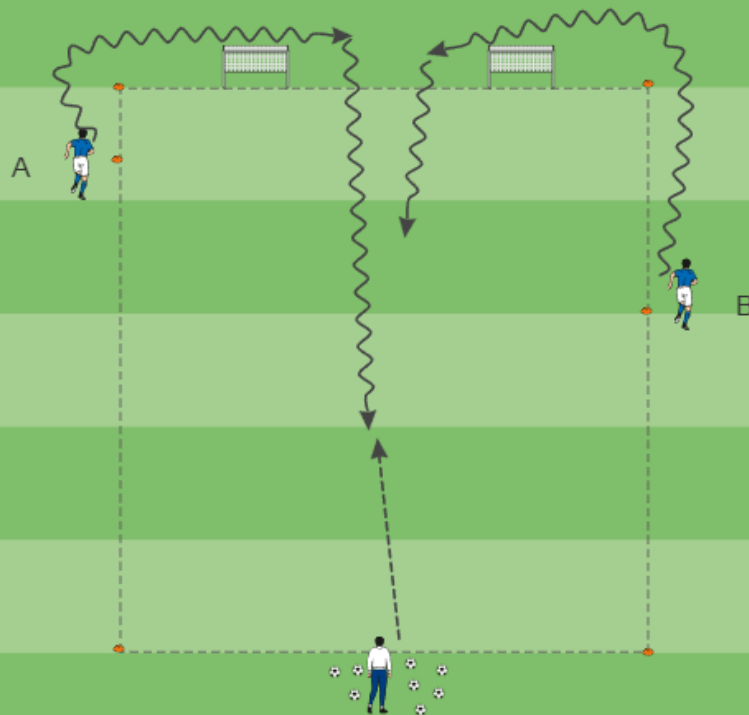
1 vs 1 auf zwei Minutoren. Erobert A den Ball = Konter =
Dribbling aus dem Feld heraus.

Aktion max 15 Sekunden laufen lassen. B als Offensiver, schnell
und zielstrebig ausspielen. Finten frühzeitig (1,5 m - 2m vor dem
Gegner) ansetzen.

Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.

Spielfeld 2x aufbauen.

1 vs 1 Gegner im Rücken, im Zentrum



Auf Trainersignal sprinten A und B gleichzeitig um ihre Wendehütchen, um ihr Tor ins das Feld. A bekommt mit der Positionierung des Starthütchens einen automatischen Bewegungsvorsprung. Trainer spielt A flach an. A versucht mit Gegner im Rücken auf eines der beiden Minitor abzuschließen.

Max 15 Sekunden Spielzeit.

Konter von B als Dribbling über eine Spielfeldbegrenzung.

Aufgabenwechsel nach jedem Durchgang.

Optimal 2x aufbauen bzw. vorhandenes Feld nutzen.