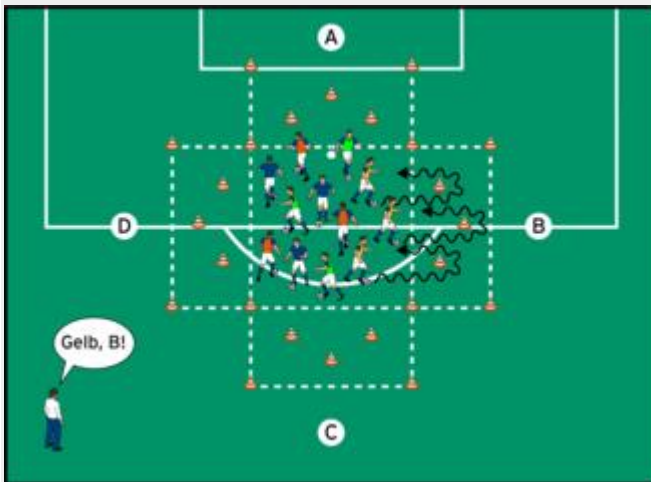


## Schwerpunkt: Dribbeln

### Gruppendribbeln



#### Organisation:

- Zwei Rechtecke bilden, eines vertikal an der Strafraumgrenze, das andere horizontal so dass sich beide Felder überschneiden
- An den Schnittpunkten 4 Felder markieren
- In diesen 4 Feldern jeweils 3 Hütchen aufstellen und die Felder mit A, B, C und D markieren.
- 4 Gruppen bilden wobei jeder Spieler einen Ball hat.

#### Ablauf:

- Ausgangsposition ist das Dribbeln im zentralen Feld
- Wenn ein Trainerkommando kommt (zb, Gelb, B), dribbelt die angesprochene Mannschaft um die Hütchen im gesagten Feld

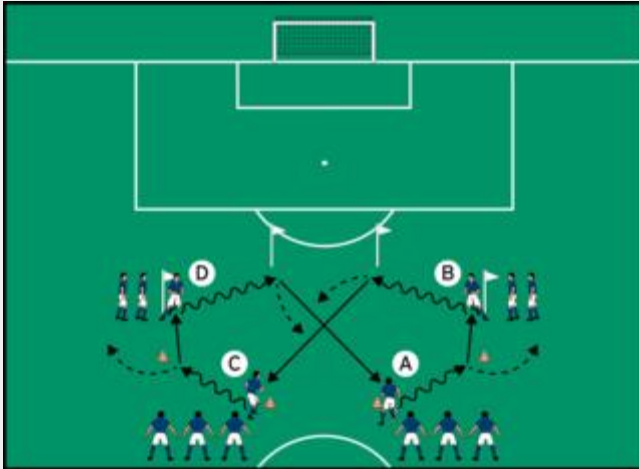
#### Variationen:

- verschiedene Koordinativen Übungen, als beispiel einen weiteren Ball untereinander zuwerfen
- Dribbelaufgaben stellen

#### Korrekturen:

- Dribbeltempo erhöhen
- Beidfüßiges Dribbeln

## Dribbeln und Passen



### Organisation:

- Technikparcours aufbauen
- Spieler (ohne Ball) auf den Positionen verteilen
- Der 1. Spieler hat bei A den Ball

### Ablauf:

- A dribbelt zum seitlichen Hütchen und passt zu B
- C dribbelt zum seitlichen Hütchen und passt zu D
- B und D dribbeln anschließend zur Stange und passen diagonal zu A und C
- Alle Spieler laufen ihrem Pass hinterher

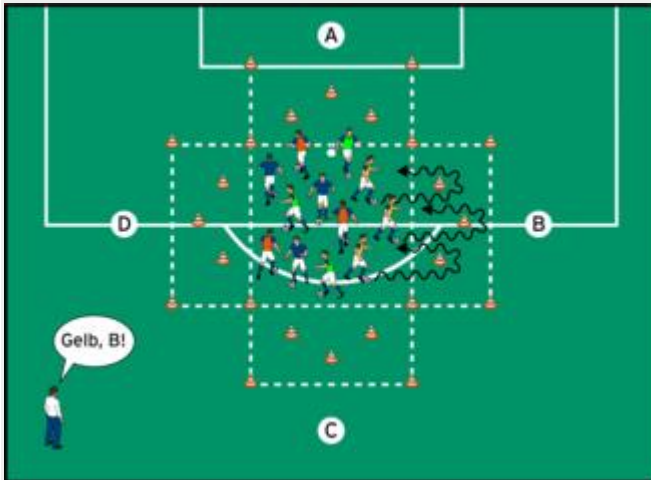
### Variationen:

- Dribbelfuß vorgeben
- Wettbewerb durchführen (Pendelstaffel)
- Dribbelwege variieren

### Korrekturen:

- Dribbeltempo kontinuierlich steigern
- Auf eine gute Passschärfe achten
- Beidfüßiges Dribbeln

## Diagonales Dribbling



### Organisation:

- Zwei 15 mal 12 m große Felder errichten
- In allen Ecken 2m große Hütchen Tore aufstellen
- Alle Startspieler haben je 1 Ball
- In der Mitte zwei Diagonale Felder aufbauen

### Ablauf:

- Startspieler dribbeln gleichzeitig im Slalom durch die Hütchen parcours mit anschließender Übergabe an den nächsten Spieler

### Variationen:

- Dribbelfuß vorgeben
- Wettbewerb durchführen (Pendelstaffel)
- Dribbelwege variieren

### Korrekturen:

- Dribbeltempo kontinuierlich steigern
- Spieler sollen den Blick vom Ball heben um Zusammenstöße zu verhindern
- Beidfüßiges Dribbeln