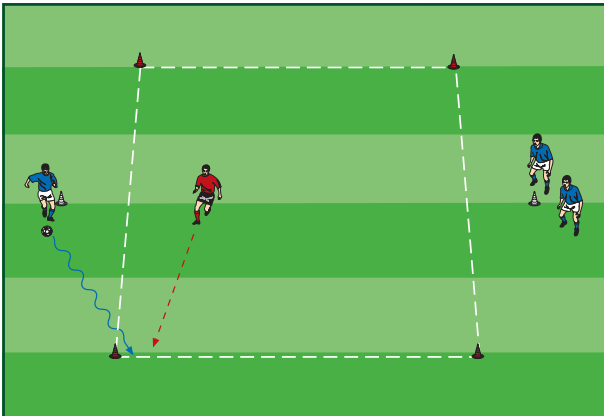


INDIVIDUELLES LÖSEN TAKTISCHER SITUATIONEN



Dribbling durch das Hütchenfeld mit passivem Gegner: verschiedene Richtungswechsel.

Medientipp!

**Bund Deutscher Fußball-Lehrer:
Internationaler Trainerkongress 2009**

Praxisdemonstration Marcel Lucassen (DFB)

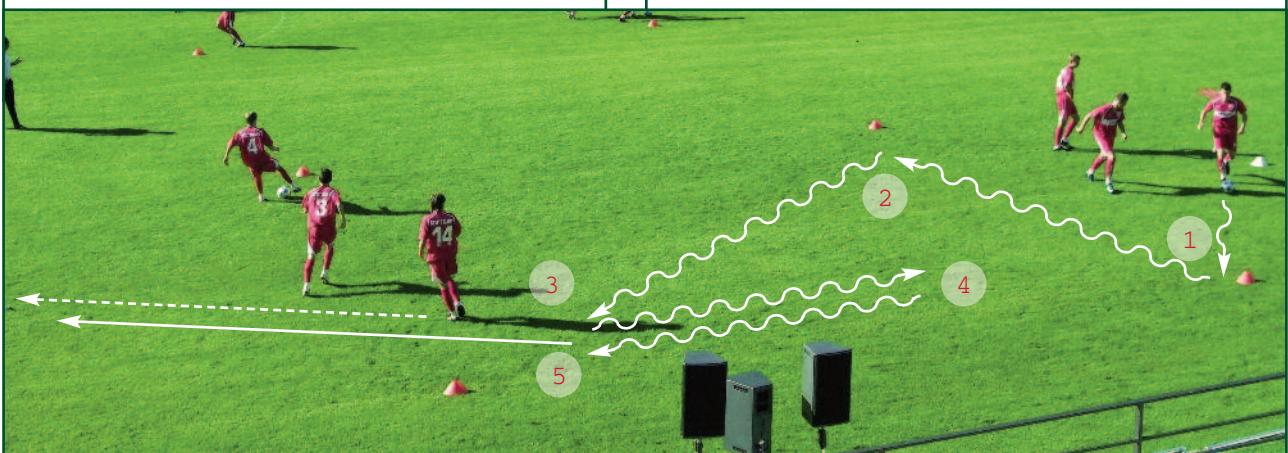
Internetlink mit Details und Videos: [hier klicken!](#)

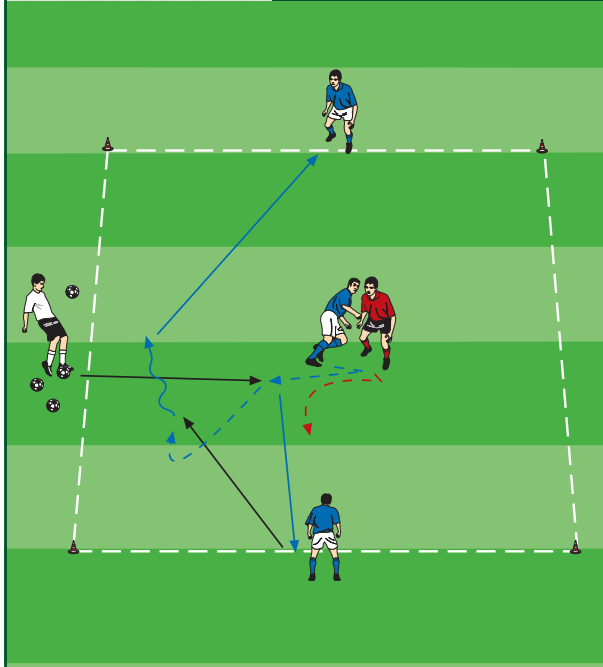


AUFWÄRMEN: SCHATTENDRIBBLING

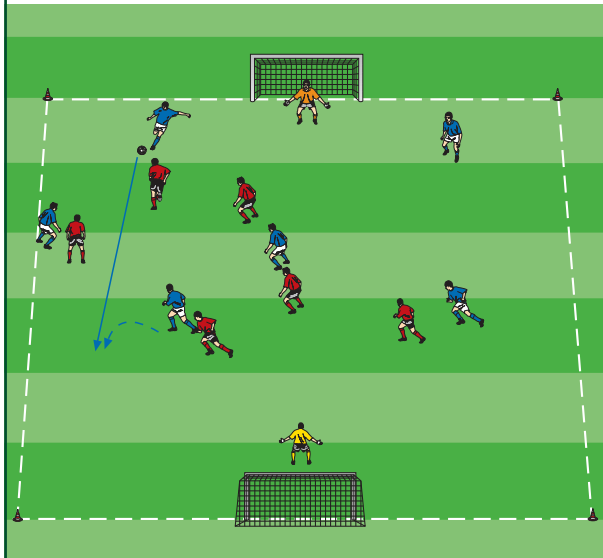
Organisation und Ablauf

- Ein Hütchenviereck von ca. 10x10 Metern aufbauen, je ein Starthütchen außerhalb des Hütchenvierecks.
- Die Spieler befinden sich jeweils am Starthütchen.
- Der jeweils erste Spieler am weißen Starthütchen dribbelt los, ein aus der Feldmitte stehender Partner verfolgt ihn permanent (=Schattenläufer).
- Dribbelweg (vgl. Foto unten):
 - 1) zum nahen Hütchen
 - 2) Richtungswechsel zum zweiten nahen Hütchen (= 180°)
 - 3) Richtungswechsel zum diagonalen Hütchen (=45°)
 - 4) Richtungswechsel zurück zum ersten Zielhütchen (Dreieck komplettieren)
 - 5) Richtungswechsel zurück zum vorigen Hütchen (=180°)
- Der Verteidiger befindet sich dadurch stets in einer anderen Position zum Dribbler, wodurch viele verschiedene taktische 1-gegen-1-Situationen hergestellt werden.
- Abschließend (Foto: Aktion Nr. 5) Pass zum nahegelegenen Starthütchen, zu dem sich der Verteidiger begibt.
- Der Passempfänger dribbelt analog zum vorherigen Durchgang in die Gegenrichtung, der Dribbler wird nach seinem Pass sofort zum nächsten Verteidiger, der aus dem Zentrum verfolgt.





Stabilisieren der gelernten Richtungswechsel im Hütchenparcours mit Torschuss.



Stabilisieren der gelernten Richtungswechsel im Hütchenparcours mit Torschuss.

HAUPTTEIL 1: 1-GEGEN-1 VON ANSPIELER ZU ANSPIELER

Organisation und Ablauf

- Ein Spielfeld von ca. 8x10 Metern aufbauen, an den kürzeren Stirnseiten sind zwei neutrale Anspieler postiert.
- Der Trainer spielt den Ball zum 1-gegen-1 ein.
- Schafft es einer der beiden Spieler, zuerst den einen Anspieler anzupassen, dann um den Gegner herumzukommen und den zweiten Anspieler anzupassen, bekommt er einen Punkt.
- Die Anspieler passen nur direkt.
- Wer schafft wie viele Punkte pro Durchgang?

Hinweise

- Das Spiel ist sehr intensiv! Höchstens eine Minute Spielzeit und Pausen einstreuen.
- Korrekturschwerpunkte anhand der Stellung zum Gegner:
 - geschlossene Stellung: sicher aufdrehen
 - offene Stellung: Passweg nutzen/schaffen
 - nicht in den Gegner aufdrehen, hineindribbeln oder in sein vorgehaltenes Bein passen
 - in den Rücken des Gegners kommen
 - Zusammenspiel mit dem Anspieler: Doppelpass um den Gegner herum oder vom Gegner weg absetzen.
- Alle Tipps und Videos in „Spielfähigkeit im Fußball“!

ABSCHLUSSPIEL

Organisation und Ablauf

- 4-gegen-4 bis 7-gegen-7 im kleinen Feld (ca. 30x40 Meter) auf Jugendtore. Größere Teams bzw. Felder verhindern viel Ballkontakte pro Spieler!

Variationen

- Bei größerer Trainingsbeteiligung parallel spielen. Beispiel 18 Spieler: 6 Spieler messen sich abwechselnd im 1-gegen-1 (Team 1), die anderen beiden 6er-Teams spielen 6-gegen-6.