



## BALLBEHERRSCHUNG - DRIBBLING IM DREIECK



### Organisation:



*Feldgröße* **15 x 15 Meter**



*Material* **3 Hütchen, 1 Kegel, 3 Bälle**



*Anzahl Spieler* **3**



*Dauer* **5 -10 Minuten**



*Altersgrupp(en)*

**U7 und U8  
U9 und U10  
U11 und U12**



*Basistechnik(en)*

**Ballführung, Dribbling mit  
Tricks und Finten**



*Trainingsform*

**Übungsform**

### Ablauf:

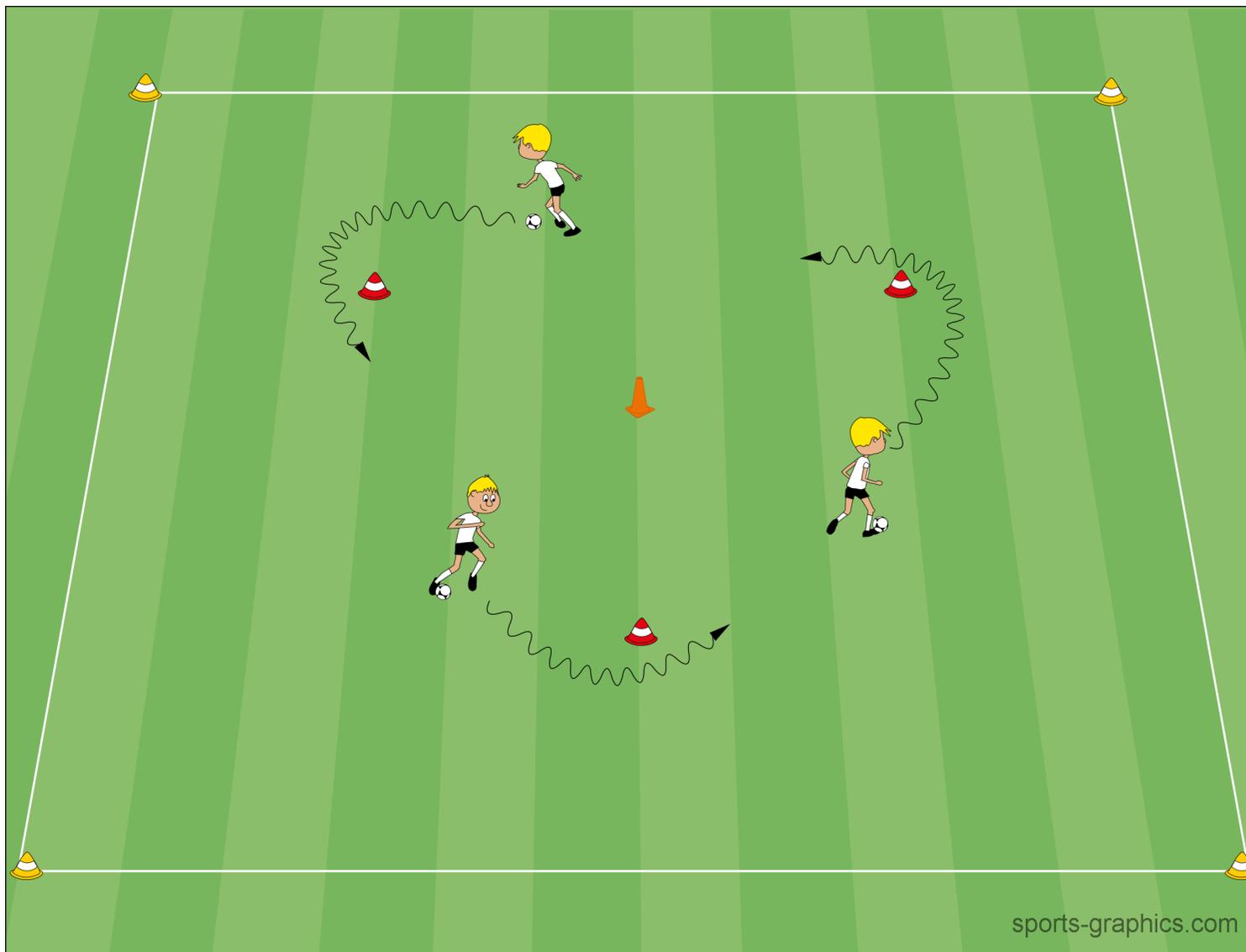
Die drei Spieler umdribbeln das Dreieck in vorgegebener Richtung. Nach einem Signal vom Trainer (akustisch, visuell) folgt ein Fangspiel. Welcher Spieler überholt zuerst einen anderen Spieler?

### Varianten:

- Auf ein Kommando des Trainers versuchen die Kinder das zentrale Hütchen zuerst zu berühren (mit und ohne Ball)
- Auch mit dem schwächeren Fuß dribbeln

### Coachingtipps:

- Blick vom Ball lösen
- Ball immer unter Kontrolle haben
- Dribbeln mit Tempo



## BALLBEHERRSCHUNG - DRIBBLING IM DREIECK