



ft. Alisha Lehmann

# DRIBBELN WIE ALISHA

---

**WILLKOMMEN!**

**DRIBBELN WIE DIE PROFIS MIT  
ALISHA UND MADDLI: TEILE DEINE  
ERFAHRUNGEN IN DER  
KOMMENTARSPALTE.**

DREI SUPERKRÄFTE, UM SO GUT  
ZU DRIBBELN WIE

# ALISHA LEHMANN

 **1** **ADLERAUGE**  
DEN FREIEN RAUM ERKENNEN

**2** **SCHNELL WIE DER BLITZ**  
VOR DEM GEGNER AN DEN BALL KOMMEN 

 **3** **MAGISCHE TRICKS**  
BALL KONTROLLIEREN UND GEGNER AUSSPIELEN

# ÜBERSICHT FÜR LEHRKRÄFTE, COACHES UND ELTERN

## LERNZIEL

Kindern beibringen, wie man einen Gegner ausspielt, indem sie grundlegende motorische Fähigkeiten mit dem Ball sowie ein Basisverständnis für folgende Aspekte entwickeln:

- den freien Raum suchen
- mit dem Ball beschleunigen
- mit dem Ball am Fuß einen Gegner durch Körpertäuschungen ausspielen

## ORGANISATION

- Einen in der Mitte getrennten Bereich festlegen, dessen Größe der Anzahl der teilnehmenden Kinder entspricht
- Idealerweise ein Ball pro Kind, andernfalls können sich auch zwei Kinder einen Ball teilen
- Ein Leibchen für jedes Kind



## SPIEL 1

### WEG ZUR WEURO

- Die Kinder in zwei Teams einteilen, eines für jede Stadionhälfte (Genf und St. Gallen).
- Die Kinder sollen von einem Stadion ins andere gelangen, ohne andere Kinder oder Bälle zu berühren.
- Zuerst halten oder balancieren die Kinder den Ball mit den Händen, bevor sie anfangen, ihn mit dem Fuß zu führen.
- Wird ein Ball berührt, darf erst nach drei Hampelmännern weitergemacht werden.

## SPIEL 2

### FANGEN MIT MADDLI

- Alle Kinder dribbeln mit dem Ball in den beiden Stadionhälften.
- Ein Kind oder Coach beginnt das Spiel als Fänger (Maddli) und versucht, sein Leibchen auf den Ball eines Kindes zu werfen.
- Sobald dies gelingt, legt das Kind seinen Ball ins Tor, nimmt ein Leibchen und betätigt sich ebenfalls als Fänger.
- Das letzte Kind mit Ball gewinnt.
- Das Spiel mehrmals wiederholen.

## SPIEL 3

### STADIONSPIEL

- Die Kinder bilden Zweiertteams mit jeweils einem Ball. Die eine Hälfte der Teams befindet sich auf der Genf-Seite, die andere auf der St. Gallen-Seite.
- Das Kind ohne Ball läuft im „Stadion“ herum, das andere Kind folgt ihm mit dem Ball am Fuß.
- Sobald der Ausruf „Maddli!“ zu hören ist, versucht das Kind ohne Ball, dem anderen Kind den Ball abzunehmen und ihn ins andere Stadion zu führen.
- Das Spiel dauert 60 Sekunden.

## SPIEL 1

### WEG ZUR WEURO

Die Kinder in zwei Teams einteilen, eines für jede Stadionhälfte (Genf und St. Gallen).

Die Kinder sollen von einem Stadion ins andere gelangen, ohne andere Kinder oder Bälle zu berühren.

Zuerst halten oder balancieren die Kinder den Ball mit den Händen, bevor sie anfangen, ihn mit dem Fuß zu führen.

Die Kinder ermutigen, verschiedene Bewegungen auszuprobieren, um die Richtung zu ändern und den Ball an anderen Kindern vorbeizuführen.

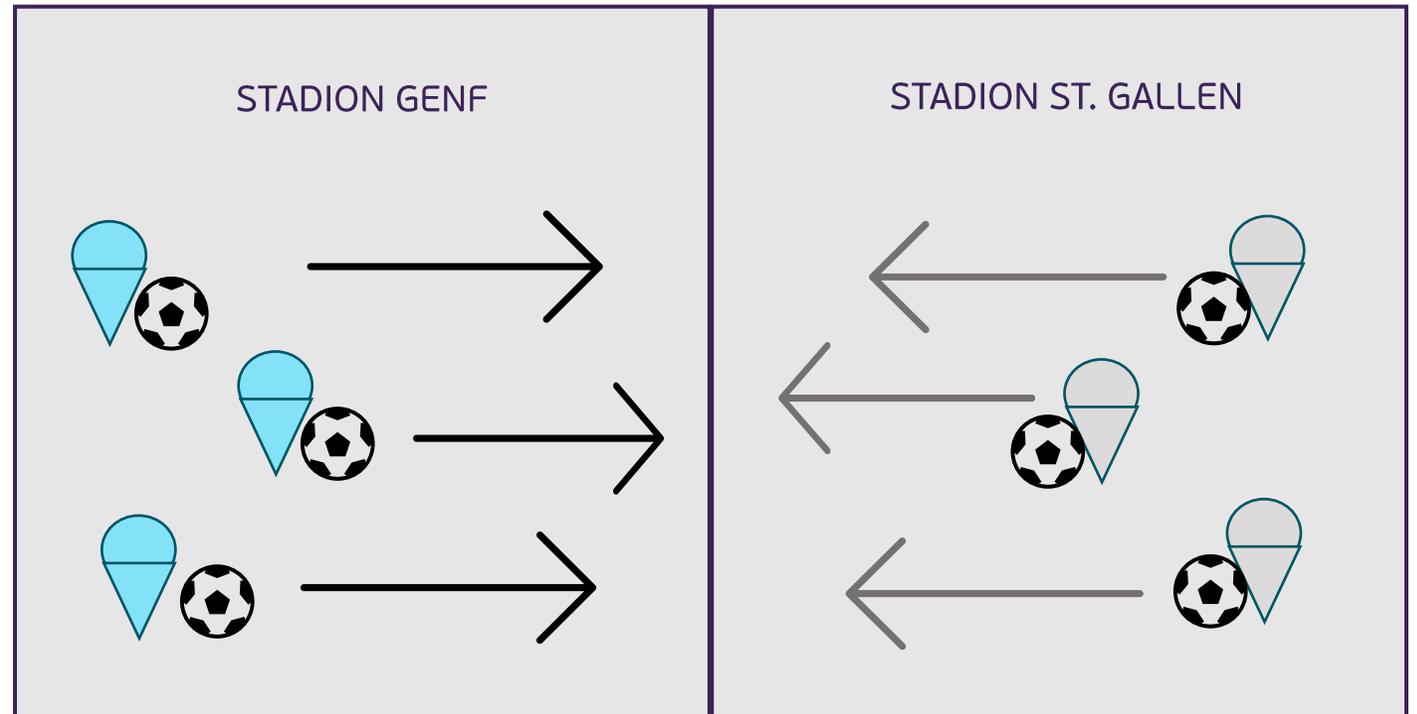
Wird ein Ball berührt, darf das getroffene Kind erst nach einer „Challenge“ wie drei Hampelmännern weitermachen.

## FAKT ZUR WEURO

In Basel findet das Eröffnungsspiel und das Finale der UEFA Women's EURO 2025 statt. Die Stadien in Genf und St. Gallen liegen am weitesten auseinander.

## VARIATIONEN

1. Wenn nicht genug Bälle vorhanden sind, können einige Kinder mit und andere ohne Ball agieren und sich abwechseln, wenn sie die andere Stadionseite erreicht haben.
2. Bei zu vielen Kindern auf engem Raum bleibt ein Teil der Kinder ohne Ball an festen Positionen in den beiden Stadionhälften und macht Hampelmänner oder andere Sprünge, während die Kinder mit Ball versuchen, auf die jeweils andere Seite zu dribbeln, ohne andere Bälle oder Kinder zu berühren. Danach wird abgewechselt.
3. Die Größe der Spielbereiche kann an Alter und Zahl der Kinder angepasst werden.
4. Um die Kinder an das Spiel zu gewöhnen, kann ohne Bälle begonnen werden, indem die Kinder zuerst verschiedene Bewegungsarten (Hüpfen, Springen, seitliches Fortbewegen usw.) üben.



## SPIEL 2

### FANGEN MIT MADDLI

Alle Kinder führen ihren Ball innerhalb der beiden Stadionhälften.

Ein Kind oder Coach beginnt das Spiel als Fänger (Maddli) und versucht, sein Leibchen auf den Ball eines Kindes zu werfen.

Sobald dies gelingt, legt das „gefangene“ Kind seinen Ball ins Tor oder in einen anderen markierten Bereich, nimmt ein Leibchen und betätigt sich ebenfalls als Fänger.

Die Kinder ermutigen, den Ball in freie Räume zu führen und den Fängern aus dem Weg zu gehen.

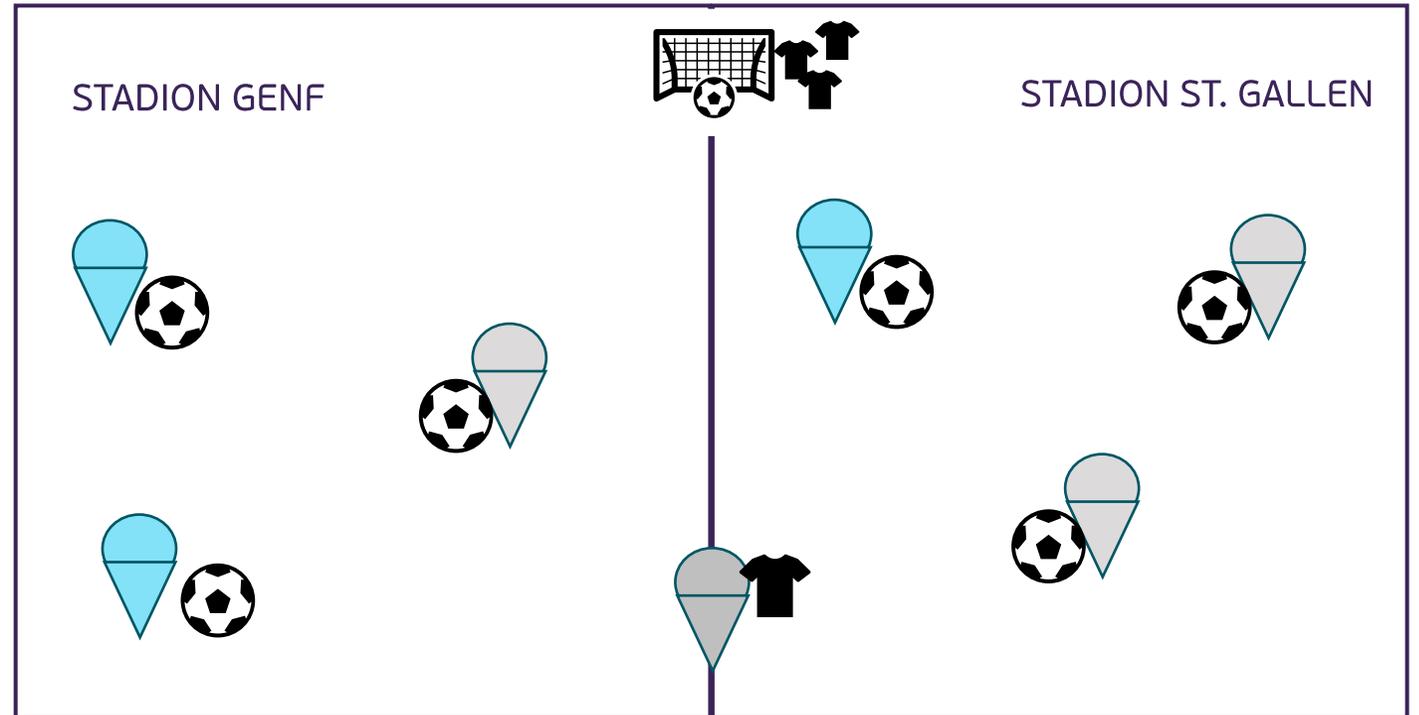
Das letzte Kind mit Ball gewinnt. Das Spiel mehrmals wiederholen.

## FAKT ZUR WEURO

Maddli ist das offizielle Maskottchen der UEFA Women's EURO 2025.

## VARIATIONEN

1. Falls nicht genug Bälle vorhanden sind, können die Kinder in Teams spielen. Die Kinder versuchen jeweils zu zweit, den Ball ins andere Stadion zu bringen, ohne dass dieser gefangen wird.
2. Anstelle von Leibchen können auch Hütchen verwendet werden.
3. „Maddli“ darf sich nur im Schritttempo bewegen, damit sie nicht zu schnell Bälle fängt und die Kinder sich an das Spiel gewöhnen können.
4. Die Fänger können ebenfalls einen Ball führen.



## SPIEL 3

### STADIONSPIEL

Die Kinder bilden Zweiertteams mit jeweils einem Ball.

Die eine Hälfte der Teams befindet sich auf der Genf-Seite, die andere auf der St. Gallen-Seite.

Das Kind ohne Ball läuft in seinem „Stadion“ herum, das andere folgt ihm mit dem Ball am Fuß.

Sobald der Ausruf „Maddli!“ zu hören ist, versucht das Kind ohne Ball, dem anderen Kind den Ball abzunehmen und ihn auf die andere Seite zu führen.

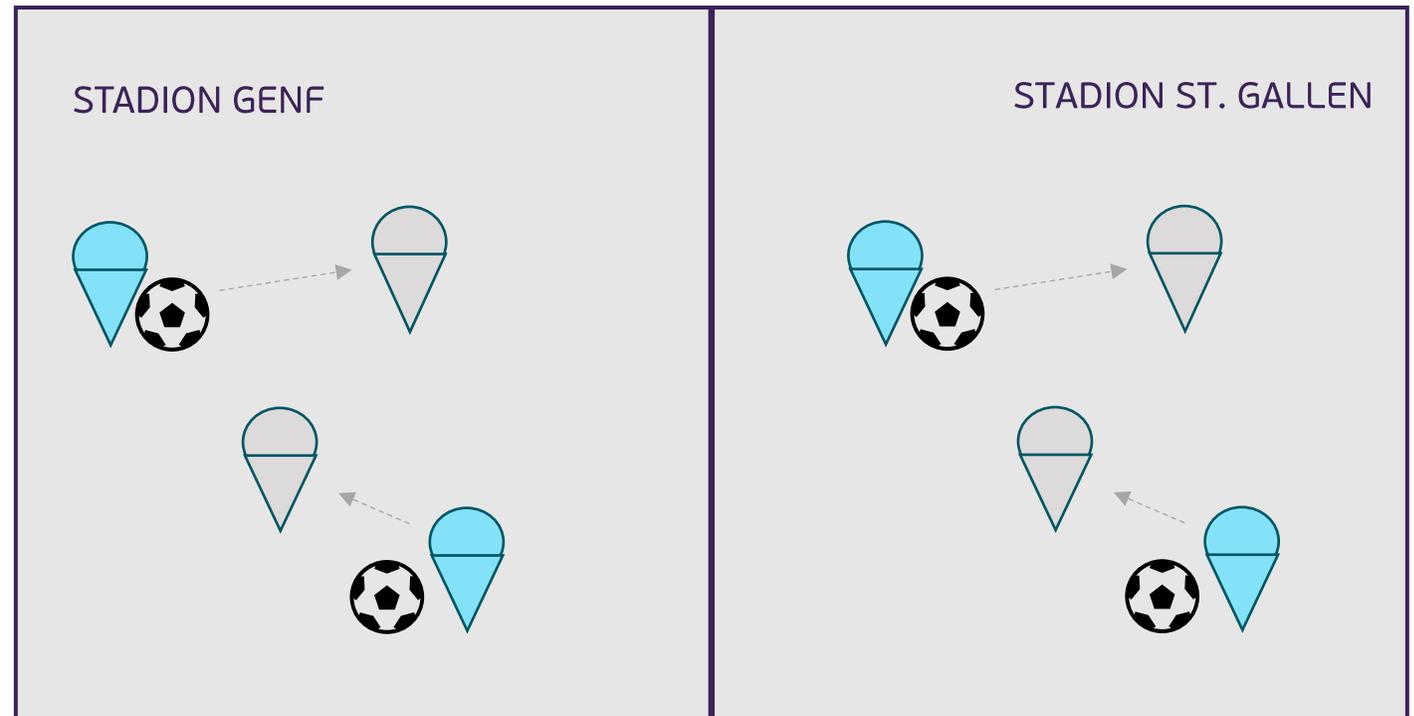
Das Spiel dauert 60 Sekunden.

## FAKT ZUR WEURO

Die UEFA Women's EURO 2025 wird in acht Stadien in der Schweiz ausgetragen.

## VARIATIONEN

1. Falls Dreiergruppen gebildet werden müssen, sollten jeweils zwei Kinder einer Gruppe einen Ball haben.



**Wie war es?**

**Vergiss nicht, deine Erfahrungen in der  
Kommentarspalte zu teilen!**