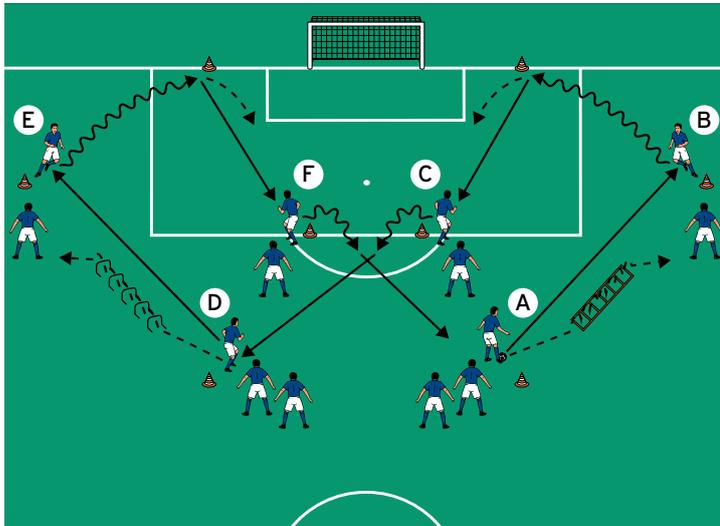


THEMA: TORSCHUSS-AUFLAGEN IN DEN RÜCKEN DER ABWEHR



AUFWÄRMEN 1:

TECHNIK UND KOORDINATION

ORGANISATION

- ▶ Einen Parcours mit Koordinationsleitern und Mini-hürden aufbauen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt zu B und durchläuft die Koordinationsleiter.
- ▶ B dribbelt zur Grundlinie und passt auf C zurück.
- ▶ C nimmt kurz an und mit und passt diagonal auf D.
- ▶ D spielt zu E weiter und läuft über die Minihürden.
- ▶ E dribbelt zur Grundlinie und passt auf F zurück.
- ▶ F nimmt kurz an und mit, spielt diagonal zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter usw.
- ▶ Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

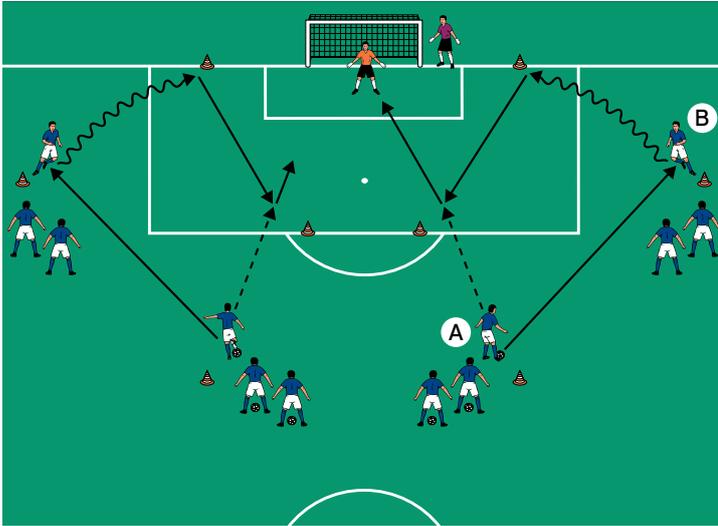
VARIATIONEN

- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen: Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball
- ▶ Die Geschicklichkeitsaufgaben variieren: z. B. mit 2 Kontakten durch die Koordinationsleiter laufen, die Minihürden einbeinig überspringen usw.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Präzise Pässe in den Fuß des Mitspielers fordern.
- ▶ Als Passempfänger möglichst mit dem ersten Kontakt sofort in die Vorwärtsbewegung an- und mitnehmen.

THEMA: TORSCHUSS-AUFLAGEN IN DEN RÜCKEN DER ABWEHR



AUFWÄRMEN 2:

TECHNIK UND KOORDINATION

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Koordinationsleiter und die Minihürden entfernen
- ▶ Zusätzlich auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufbauen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A und C haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A passt auf B und startet in den Strafraum.
- ▶ Gleichzeitig dribbelt B zur Grundlinie und passt auf A zurück, der locker auf den Torhüter abschließt.
- ▶ Anschließend gleicher Ablauf von der jeweils anderen Seite usw.
- ▶ Die Spieler tauschen nach jeder Aktion die Positionen und Aufgaben.

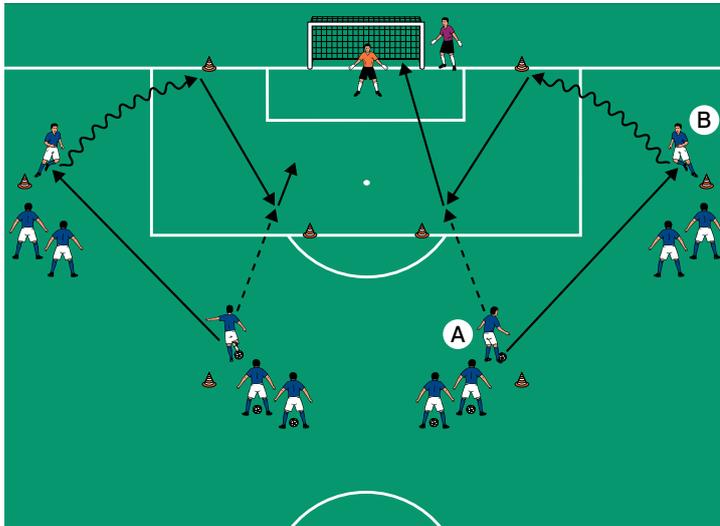
VARIATIONEN

- ▶ Der Torhüter gibt vor, wie bzw. wohin die Spieler abschließen sollen (Innenspann – flach unten, Vollspann – auf den Körper usw.).
- ▶ Der Torhüter wirft den gefangenen Ball sofort zu einem Spieler bei A bzw. C ab.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Ballbesitzer am Flügel sollen die zentralen Spieler stets im Blick behalten.
- ▶ Die Torhüter mit den Abschlüssen gezielt warmschießen.
- ▶ Auf flache, präzise Rückpässe der Außenspieler achten.

THEMA: TORSCHUSS-AUFLAGEN IN DEN RÜCKEN DER ABWEHR



HAUPTTEIL 1:

TORHÜTER WARMSCHIESSEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Koordinationsleiter und die Minihürden entfernen
- ▶ Zusätzlich auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufbauen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A und C haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A passt auf B und startet in den Strafraum.
- ▶ Gleichzeitig dribbelt B zur Grundlinie und passt auf A zurück, der locker auf den Torhüter abschließt.
- ▶ Anschließend gleicher Ablauf von der jeweils anderen Seite usw.
- ▶ Die Spieler tauschen nach jeder Aktion die Positionen und Aufgaben.

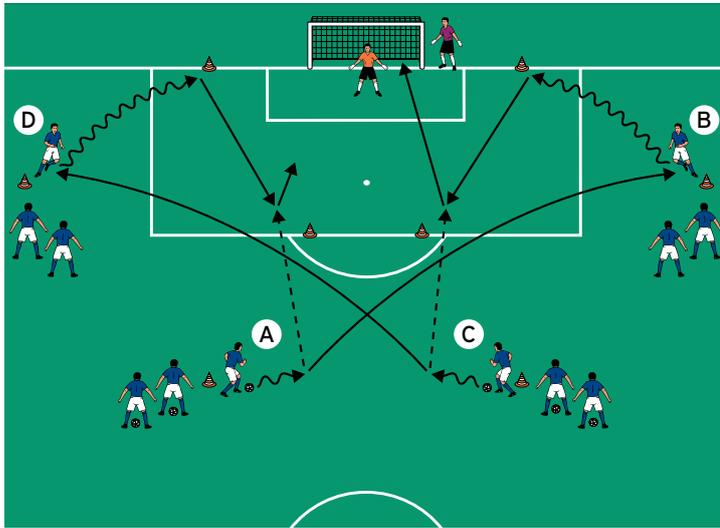
VARIATIONEN

- ▶ Der Torhüter gibt vor, wie bzw. wohin die Spieler abschließen sollen (Innenspann – flach unten, Vollspann – auf den Körper usw.).
- ▶ Der Torhüter wirft den gefangenen Ball sofort zu einem Spieler bei A bzw. C ab.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Ballbesitzer am Flügel sollen die zentralen Spieler stets im Blick behalten.
- ▶ Die Torhüter mit den Abschlüssen gezielt warm-schießen.
- ▶ Auf flache, präzise Rückpässe der Außenspieler achten.

THEMA: TORSCHUSS-AUFLAGEN IN DEN RÜCKEN DER ABWEHR



HAUPTTEIL 2:

RÜCKPASS NACH FLÜGELWECHSEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten

ABLAUF

- ▶ A und C spielen je 1 Flugball auf B bzw. D.
- ▶ Die Passempfänger dribbeln in Richtung Grundlinie.
- ▶ Gleichzeitig starten A und C in den Strafraum.
- ▶ B spielt einen Rückpass auf C sowie D auf A.
- ▶ A und C schließen auf das Tor mit Torhüter ab.

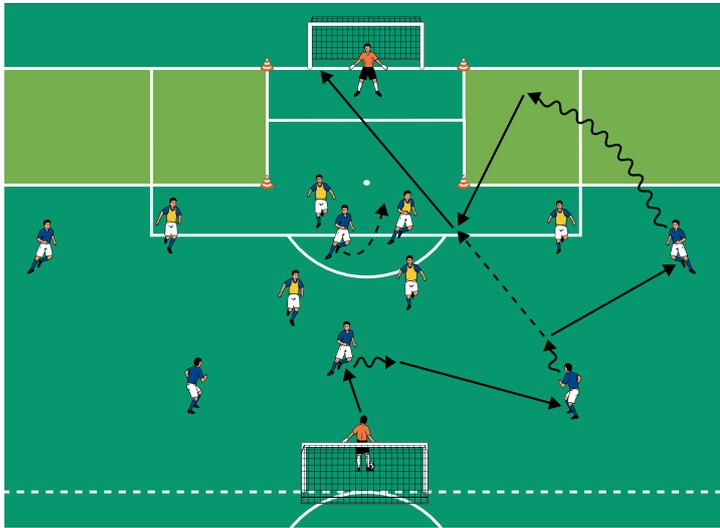
VARIATIONEN

- ▶ Nur der Angreifer, der zuerst den Rückpass von außen erhält, darf auf das Tor mit Torhüter abschließen.
- ▶ 2 Teams bilden und einen Wettbewerb durchführen: Welche Mannschaft erzielt insgesamt die meisten Treffer?
- ▶ Der Spieler, der zuerst einen Treffer erzielt, erhält für sein Team 1 Zusatzpunkt.
- ▶ Im Wechsel über rechts/links spielen: Die Spieler bei A und C müssen dann jeweils im Wechsel ohne Ball in den Strafraum starten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Präzise und druckvolle Diagonalbälle auf den Flügel spielen.
- ▶ Vor dem Rückpass Blickkontakt aufnehmen.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

THEMA: TORSCHUSS-AUFLAGEN IN DEN RÜCKEN DER ABWEHR



SCHLUSSTEIL:

SPIEL MIT RÜCKPASSZONE

ORGANISATION

- ▶ Ein 45 x 70 Meter großes Feld mit Toren markieren
- ▶ Auf einer Seite in den Ecken 2 Rückpasszonen errichten
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter
- ▶ Blau erhält zunächst das Angriffsrecht

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Jeder Angriff wird vom Torhüter der Angreifer aus gestartet.
- ▶ Die Angreifer versuchen, in eine der Eckzonen zu gelangen und nach einem Rückpass auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Die Verteidiger dürfen die Rückpasszonen nicht betreten.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Nach einer Weile das Angriffsrecht tauschen.

VARIATIONEN

- ▶ In der Rückpasszone darf auch verteidigt werden.
- ▶ 7 Angreifer gegen 5 Verteidiger spielen lassen.
- ▶ Tore der Angreifer dürfen von überall erzielt werden. Treffer nach einem Rückpass aus einer der Eckzonen zählen dreifach.
- ▶ Die Zonen entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit Abseits spielen.
- ▶ Die Angreifer dürfen in die Eckzonen passen oder dribbeln.
- ▶ Die Flügelspieler zu mutigen Dribblings im 1 gegen 1 auffordern.
- ▶ Zielstrebig abschließen!