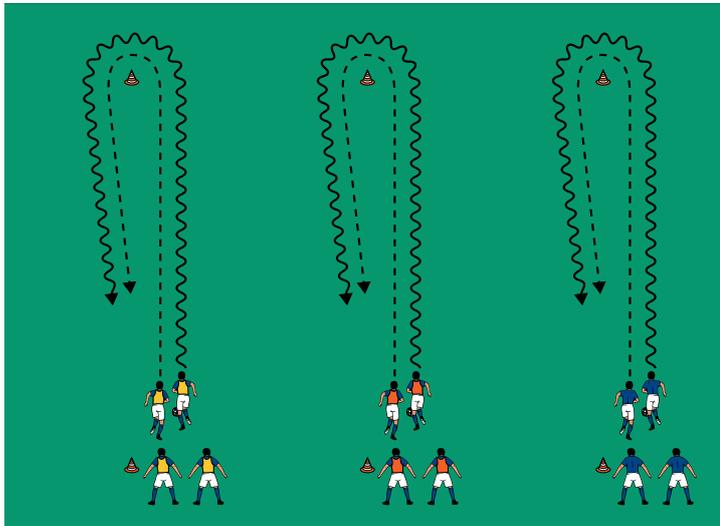


THEMA: ZU EINEM TEAM WERDEN



AUFWÄRMEN 1:

BALL-PAAR-TRANSPORT

ORGANISATION

- ▶ 3 Starthütchen nebeneinander aufstellen und 20 Meter vor jedem Starthütchen ein Wendehütchen errichten
- ▶ 3 Teams bilden
- ▶ Die Spieler jedes Teams paarweise in Handhaltungen an den Starthütchen verteilen, wobei das erste Paar jeweils einen Ball hat

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die Spielerpaare um das Wendehütchen zurück zum Starthütchen und übergeben den Ball an das nächste Paar.
- ▶ Welches Team absolviert zuerst 4 komplette Durchgänge?

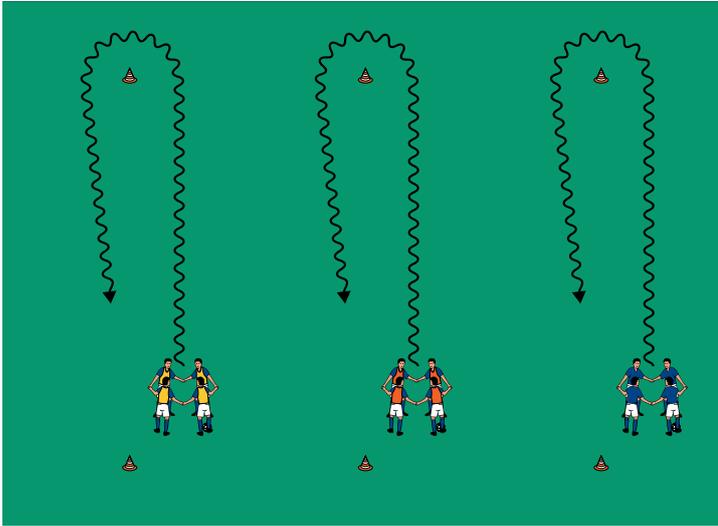
VARIATIONEN

- ▶ Jedes Spielerpaar muss im Dribbling mindestens 3-5 Pässe miteinander spielen.
- ▶ Die Strecke verkürzen oder verlängern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mehrere Durchgänge absolvieren und die Partner wechseln.
- ▶ Spielen die Spielerpaare den Ball im Dribbling zu weit vor, eine Mindestzahl an Ballkontakten für die Strecke vorgeben.

THEMA: BALL-KREIS-TRANSPORT



AUFWÄRMEN 2:

BALL-PAAR-TRANSPORT

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Die Spieler jedes Teams im Kreis in Handhaltung mit einem Ball an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando transportieren die Teams im Kreis in Handhaltung den Ball mit den Füßen um das Wendehütchen zurück zum Starthütchen.
- ▶ Welches Team erreicht zuerst wieder das Starthütchen?

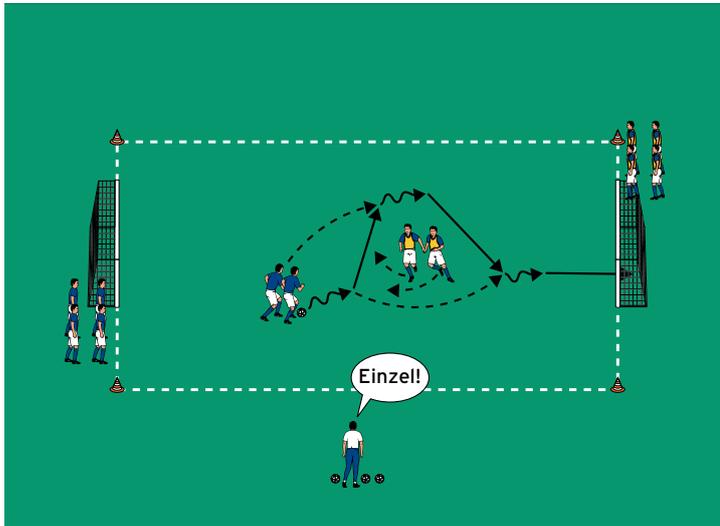
VARIATIONEN

- ▶ Jedes Team führt 2 Bälle.
- ▶ Die Strecke verkürzen oder verlängern.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Lösen die Teams die Handhaltung oder spielen den Ball aus dem Kreis, starten sie erneut vom Starthütchen.
- ▶ Den Ball im Kreis sowohl dribbeln als auch untereinander zuspielen.

THEMA: BALL-KREIS-TRANSPORT



HAUPTTEIL 1:

PAAR-SPIEL 2 GEGEN 2

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 15 x 30 Meter großes Feld markieren und auf jeder Grundlinie ein Tor aufstellt
- ▶ 2 Teams bilden und die Spieler jedes Teams paarweise in Handhaltung neben einem Tor postieren

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Paare jedes Teams spielen in Handhaltung gegeneinander.
- ▶ Jedes Team verteidigt ein Tor und greift auf das Tor gegenüber an.
- ▶ Auf ein Trainerkommando "Einzel" lösen die Spieler die Handhaltung und spielen frei im 2 gegen 2.
- ▶ Nach jedem Treffer oder ausgespielten Ball agieren die Spieler wieder paarweise in Handhaltung.

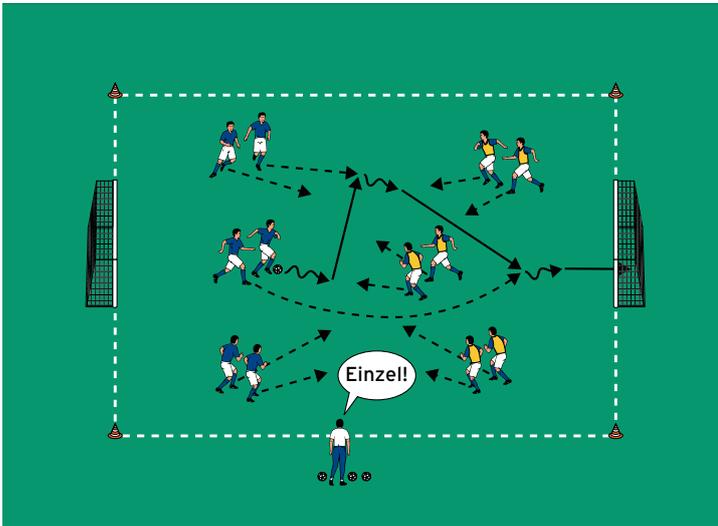
VARIATIONEN

- ▶ Beim Trainerkommando "Einzel" die Handhaltung lösen, bei "Paar" mit dem Partner wieder in Handhaltung spielen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Paar erzielt in mehreren Duellen zuerst 3 Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeder Durchgang dauert so lange bis ein Tor erzielt oder der Ball ausgespielt wurde. Anschließend starten sofort die nächsten Spielerpaare ins Feld.
- ▶ Wird der Ball zu schnell verspielt, als Trainer einen weiteren Ball einspielen.
- ▶ Löst ein Spielerpaar die Handhaltung, erhält das andere Team einen Freistoß.
- ▶ Als Trainer mit ausreichend Ersatzbällen neben dem Spielfeld postieren.

THEMA: BALL-KREIS-TRANSPORT



HAUPTTEIL 2:

PAAR-SPIEL 6 GEGEN 6

ORGANISATION

- ▶ Ein etwa 20 x 40 Meter großes Feld markieren und auf jeder Grundlinie ein Tor aufstellen
- ▶ 2 Teams bilden und die Spieler jedes Teams paarweise in Handhaltung im Feld postieren

ABLAUF

- ▶ Die Teams spielen mit den 3 Spielerpaaren gegeneinander.
- ▶ Jedes Team verteidigt ein Tor und greift auf das andere Tor an.
- ▶ Auf ein Trainerkommando "Einzel" lösen die Spieler die Handhaltung und spielen im 6 gegen 6.
- ▶ Nach jedem Treffer oder ausgespielten Ball agieren die Spieler wieder paarweise in Handhaltung.

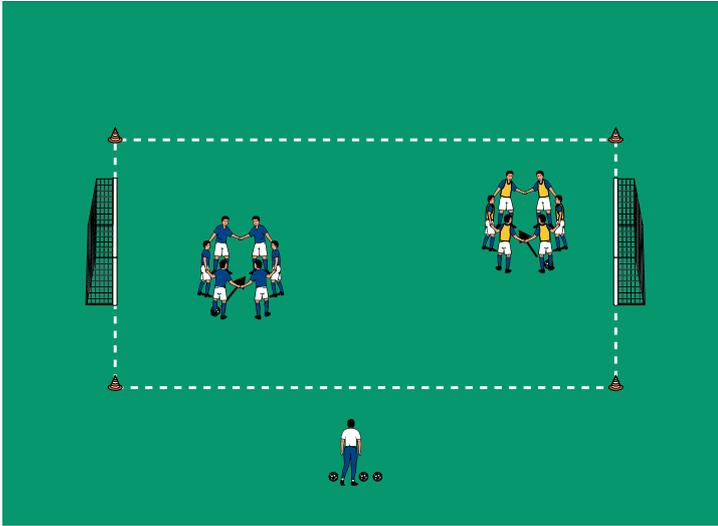
VARIATIONEN

- ▶ Jedes Team postiert ein Torhüter-Duo im Tor.
- ▶ Beim Trainerkommando "Wechsel" einen neuen Partner suchen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem 6 gegen 6 schnell einen neuen Partner suchen und das Spiel direkt fortsetzen.
- ▶ Löst ein Spielerpaar die Handhaltung, erhält das andere Team einen Freistoß.
- ▶ Als Trainer mit Ersatzbällen neben dem Spielfeld postieren. Ausgespielte Bälle spielen die Ballbesitzer ein.

THEMA: BALL-KREIS-TRANSPORT



SCHLUSSTEIL:

KREIS-SPIEL UND 6 GEGEN 6

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Beide Teams mit jeweils einem Ball im Kreis in Handhaltung auf dem Spielfeld postieren

ABLAUF

- ▶ Die Spieler spielen sich den Ball im Kreis in Handhaltung zu.
- ▶ Sobald der Trainer ein Team aufruft, starten die Teams zum Spiel 6 gegen 6.
- ▶ Das aufgerufene Team greift mit dem Ball gegen das andere Team an.

VARIATIONEN

- ▶ Jedes Team postiert einen Torhüter im Tor.
- ▶ Jedes Team postiert ein Torhüter-Duo im Tor.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das nicht aufgerufene Team spielt den Ball aus dem Spielfeld zum Trainer zu.
- ▶ Jedes Spiel 6 gegen 6 ungefähr drei Minuten laufen lassen.
- ▶ Nach jedem Spieldurchgang wieder im Kreis-Spiel starten.
- ▶ Löst ein Team im Kreis die Handhaltung, startet das andere Team direkt zum Spiel 6 gegen 6.