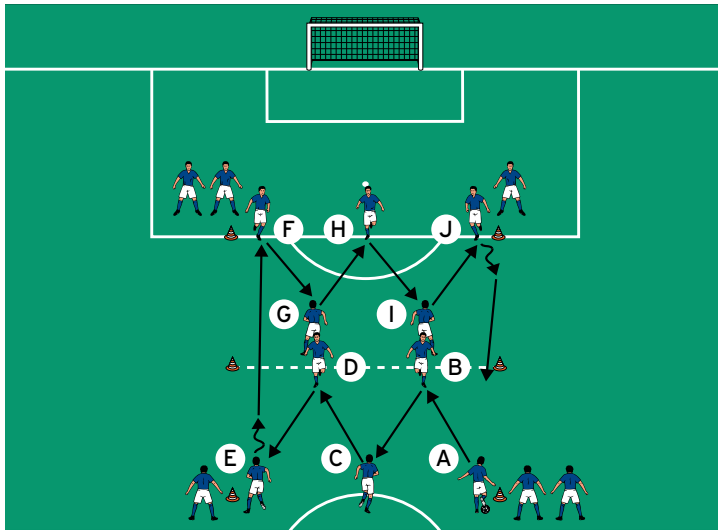


THEMA: IN DER GEGNERISCHEN HÄLFTE VARIABLEL KOMBINIEREN



AUFWÄRMEN 1:

WINKEL-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Vor dem Strafraum ein 25 x 25 Meter großes Feld aufbauen
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der auf C prallen lässt.
- ▶ C passt zu D, der auf E prallen lässt.
- ▶ E spielt zur anderen Seite weiter.
- ▶ Hier folgt der gleiche Ablauf von F bis J.
- ▶ J passt abschließend zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter usw.
- ▶ Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

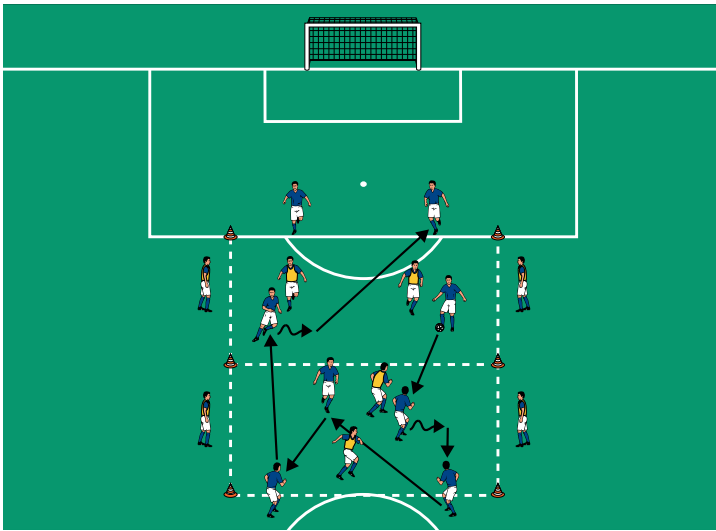
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Passgeber so zuspielen, dass die Empfänger jeweils sofort in die neue Richtung prallen lassen können.
- ▶ Nach den Zuspielen zügig die Positionen wechseln.
- ▶ Im Zentrum vor den Zuspielen einen Schulterblick einbauen.

THEMA: IN DER GEGNERISCHEN HÄLFTE VARIABEL KOMBINIEREN



AUFWÄRMEN 2:

PASSEN IM 4 PLUS 4 GEGEN 4 PLUS 4

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ 2 Teams einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 4 Außenspieler, die sich jeweils hinter 2 gegenüberliegenden Linien des Feldes aufstellen

ABLAUF

- ▶ 4 plus 4 gegen 4 plus 4 auf Ballhalten.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, 10 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung).
- ▶ Dabei dürfen sie die eigenen Außenspieler jederzeit einbeziehen.
- ▶ Spielzeit: jeweils 3 Minuten.

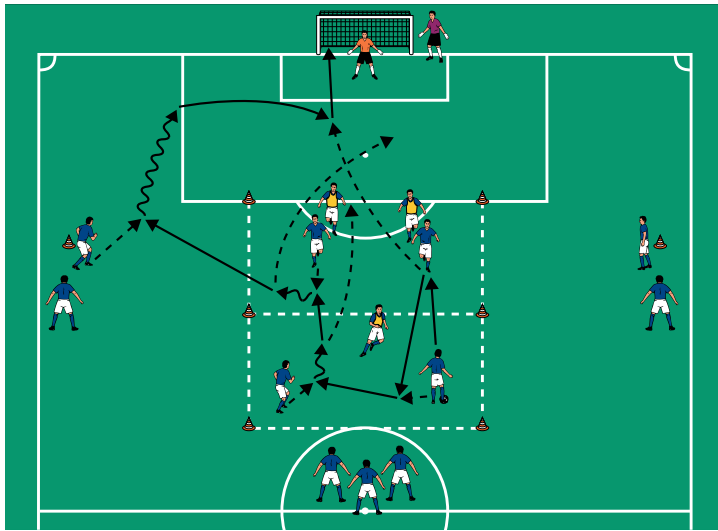
VARIATIONEN

- ▶ Die Außenspieler nehmen die Zuspiele ins Feld an und mit und tauschen mit den Passgebern die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Mit einem Pass auf einen Außenspieler tauschen sofort alle Spieler der betreffenden Mannschaft die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Zuspielen jeweils nach Blickkontakt kurz entgegenstarten.
- ▶ Die Ballbesitzer sollen sich im Feld orientieren, um jederzeit anspielbar zu sein.

THEMA: IN DER GEGNERISCHEN HÄLFTE VARIABEL KOMBINIEREN



HAUPTTEIL 1:

KOMBINATIONSSPIEL MIT FLANKE

ORGANISATION

- ▶ Das Feld vor dem Strafraum beibehalten
- ▶ Zusätzlich auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen und an den Seiten je 1 Positionshütchen markieren
- ▶ Angreifer und Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen

ABLAUF

- ▶ Die Angreifer im Feld stellen sich im 2-2-System auf und versuchen jeweils, die beiden Stürmer je einmal anzuspielen.
- ▶ Mit dem zweiten Zuspiel in die Spitze spielt der Passempfänger zu einem Außenspieler, der zur Grundlinie dribbelt und vor das Tor flankt.
- ▶ Gleichzeitig starten die Angreifer in den Strafraum und versuchen, die Hereingabe zu verwerten.
- ▶ Die Spieler nach einigen Durchgängen durchwechseln.

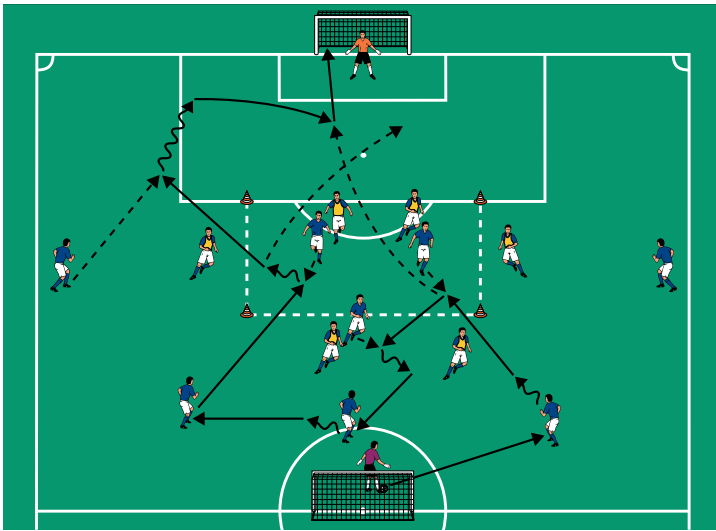
VARIATIONEN

- ▶ Ein Verteidiger darf ebenfalls in den Strafraum nachrücken und versuchen, den Torabschluss zu verhindern.
- ▶ Alle Spieler aus dem zentralen Feld dürfen vor das Tor nachrücken.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Stürmer müssen sich geschickt von den Verteidigern lösen und nach Blickkontakt gut getimt entgegenstarten.
- ▶ Als Stürmer vor dem Torabschluss im Strafraum kreuzen.
- ▶ Die Hereingabe zielstrebig verwerten.

THEMA: IN DER GEGNERISCHEN HÄLFTE VARIABEL KOMBINIEREN



HAUPTTEIL 2:

ZUSPIELE INS ZENTRUM

ORGANISATION

- ▶ Eine Feldhälfte als Spielfeld markieren
- ▶ An der Strafraumgrenze ein 12 x 25 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf den Grundlinien je 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ 8 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen
- ▶ 2 Angreifer und 2 Verteidiger im Feld an der Strafraumgrenze postieren

ABLAUF

- ▶ 8 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Das Überzahlteam muss beide Stürmer im Feld an der Strafraumgrenze anspielen, ehe es auf das Tor mit Torhüter abschließen darf.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie sofort auf das gegenüberliegende Tor.

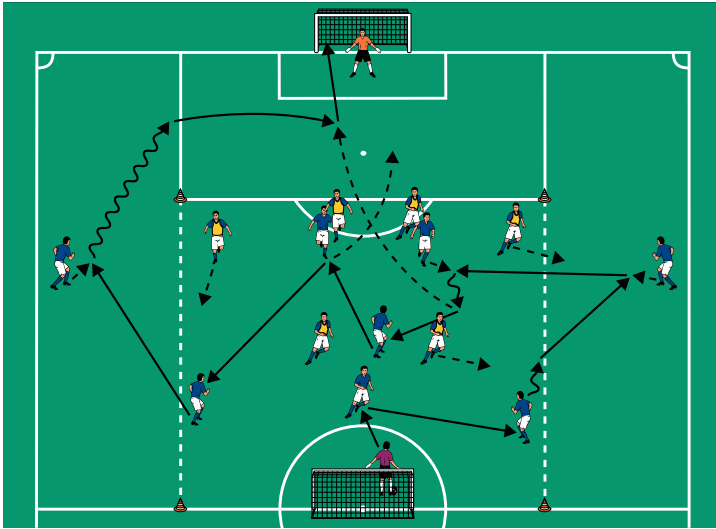
VARIATIONEN

- ▶ Das Überzahlteam darf mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die Stürmer im Feld müssen im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Feld an der Strafraumgrenze dürfen nur die beiden Angreifer und die beiden Verteidiger agieren. Alle übrigen Spieler dürfen das Feld nicht betreten.
- ▶ Nach dem zweiten Zuspiel auf einen Stürmer im Feld sollen sich diese sofort vor das Tor orientieren, um möglichst zielstrebig abschließen zu können.
- ▶ Stramm und präzise in den Fuß der Stürmer passen.
- ▶ Als Stürmer seitlich diagonal zum Ball bewegen und jederzeit anspielbar sein.

THEMA: IN DER GEGNERISCHEN HÄLFTE VARIABLEL KOMBINIEREN



SCHLUSSTEIL:

KOMBINIEREN IM ZENTRUM MIT SEITENWECHSEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften weiter verwenden
- ▶ Das Feld an der Strafraumgrenze auf Strafraumbreite vergrößern
- ▶ An den Seiten Flügelzonen errichten
- ▶ Die Angreifer stellen zusätzlich 2 Außenspieler, die sich in den Flügelzonen aufstellen

ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt müssen die Angreifer sowohl beide Stürmer in der zentralen Zone anspielen als auch in beide Flügelzonen kombinieren, ehe sie auf das gegenüberliegende Tor abschließen dürfen.

VARIATIONEN

- ▶ Das Überzahlteam darf im Zentrum mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Die Zonen entfernen, 2 Teams zu je 7 Spielern bilden und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Verteidiger dürfen auch in den Flügelzonen attackieren.
- ▶ Ein schnelles Kombinationsspiel im Zentrum fordern.
- ▶ Als Stürmer den Zuspielen nach einer Konterbewegung aktiv entgegenstarten.
- ▶ Als Außenspieler präzise vor das Tor flanken.
- ▶ Zielstrebig abschließen!