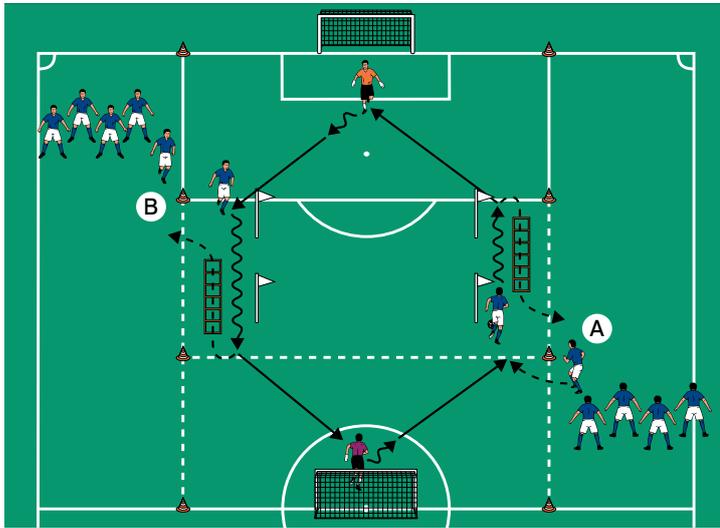


THEMA: DEN TORHÜTER IN TECHNIKEINHEITEN EINBINDEN



AUFWÄRMEN 1:

GESCHICKLICHKEIT UND TECHNIK

ORGANISATION

- ▶ Auf Strafraumbreite drei 16 Meter tiefe Zonen markieren
- ▶ Auf den Grundlinien Tore mit Torhütern aufstellen
- ▶ In der mittleren Zone 4 Stangen aufstellen und 2 Koordinationsleiter auslegen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A dribbelt an den Stangen vorbei zur gegenüberliegenden Zone und passt zum Torhüter.
- ▶ Anschließend durchläuft er auf dem Rückweg die Koordinationsleiter und stellt sich bei der eigenen Gruppe wieder an.
- ▶ Der Torhüter nimmt zur Seite mit und passt zu B, der ebenfalls zur anderen Zone dribbelt, zum Torhüter passt, die Koordinationsleiter durchläuft und sich wieder bei der eigenen Gruppen anstellt.
- ▶ Der Torhüter spielt zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter usw.

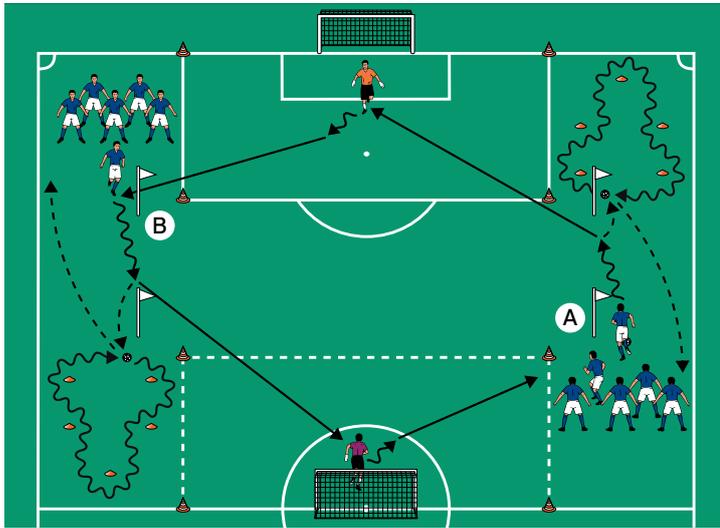
VARIATIONEN

- ▶ Die Spielrichtung wechseln.
- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen: Die jeweils ersten Spieler bei A und B haben je 1 Ball.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf eine kontrollierte Mitnahme des Torhüters mit der Innenseite achten.
- ▶ Dabei in offener Stellung agieren und sofort in die neue Bewegungsrichtung aufdrehen.
- ▶ Präzise Pässe in den Fuß des Mitspielers fordern.

THEMA: DEN TORHÜTER IN TECHNIKEINHEITEN EINBINDEN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBELN, PASSEN, MITNEHMEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Endzonen als Strafräume kennzeichnen und eine ganze Feldhälfte als Spielfeld markieren
- ▶ Die Stangen weiter nach außen stellen
- ▶ Die Koordinationsleiter entfernen
- ▶ 2 zusätzliche Dribbelparcours in 2 diagonal gegenüberliegenden Ecken aufbauen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball
- ▶ Zusätzlich je 1 weiteren Ball an den Dribbelparcours auslegen

ABLAUF

- ▶ A dribbelt zum Parcours und passt zum Torhüter.
- ▶ Anschließend nimmt A den Ball am Dribbelparcours auf, dribbelt im Slalom um die Hütchen, lässt den Ball wieder am Parcours liegen und läuft zur eigenen Gruppe zurück.
- ▶ Der Torhüter nimmt zur anderen Seite mit und passt zum ersten Spieler bei B, der ebenfalls zur anderen Stange dribbelt und zum Torhüter passt.
- ▶ Danach absolviert er ebenfalls den Dribbelparcours, lässt den Ball wieder am Parcours liegen und läuft zur eigenen Gruppe zurück.
- ▶ Anschließend passt der Torhüter zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter usw.

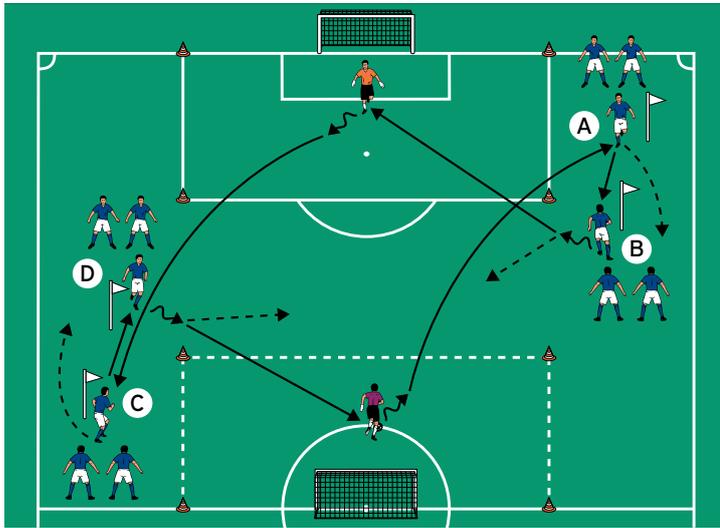
VARIATIONEN

- ▶ Die Spielrichtung wechseln.
- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen: Die jeweils ersten Spieler bei A und B haben je 1 Ball.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zügig dribbeln.
- ▶ Als Torhüter den Zuspielen aktiv entgegenstarten.

THEMA: DEN TORHÜTER IN TECHNIKEINHEITEN EINBINDEN



HAUPTTEIL 1:

FLUGBALL-RUNDE

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Position der Stangen verändern
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der Torhüter an der Mittellinie hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Der Torhüter spielt einen Flugball auf A, der kurz annimmt und auf B ablegt.
- ▶ B passt zum anderen Torhüter, der einen Flugball zu C spielt.
- ▶ C legt kurz auf D ab, so dass dieser zum Start-Torhüter zurückpassen kann.
- ▶ Alle Spieler außer den Torhütern rücken jeweils eine Position weiter.

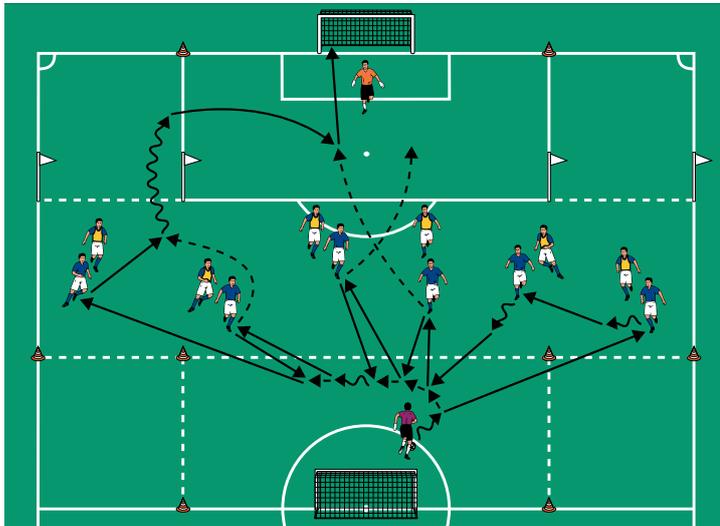
VARIATIONEN

- ▶ Die Spielrichtung wechseln.
- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen: Beide Torhüter haben je 1 Ball.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Flugbälle möglichst präzise auf die Brust der Außenspieler spielen.
- ▶ Die Außenspieler legen flach auf B bzw. D ab.

THEMA: DEN TORHÜTER IN TECHNIKEINHEITEN EINBINDEN



HAUPTTEIL 2:

STANGENTOR-DRIBBLINGS

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ In den Ecken des Feldes Dribbelzonen abstecken
- ▶ 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 Ballbesitzer gestartet.
- ▶ Blau versucht, in die Eckzonen auf der gegenüberliegenden Seite zu dribbeln.
- ▶ Zuvor müssen sie jedoch mindestens 4-mal zum eigenen Torhüter zurückpassen.
- ▶ Mit dem Dribbling in eine der Endzonen freies Spiel bis zum Torabschluss.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, kontern sie auf das andere Großtor.

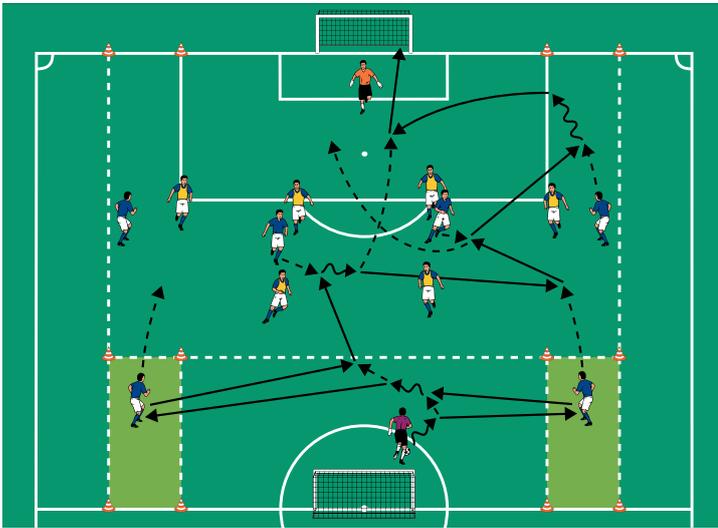
VARIATIONEN

- ▶ Die Anzahl der erforderlichen Rückpässe variieren.
- ▶ Der Torhüter muss einen Flugball in eine der Eckzonen spielen. Die Verteidiger dürfen die Eckzonen nicht betreten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Torhüter bietet sich stetig an der eigenen Strafraumgrenze zum Zuspiel an.
- ▶ Die Verteidiger versuchen, die Passwege entsprechend zuzustellen.

THEMA: DEN TORHÜTER IN TECHNIKEINHEITEN EINBINDEN



SCHLUSSTEIL:

SEITLICHES AUFBAU-ANSPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein 55 x 50 Meter großes Feld mit Toren errichten
- ▶ Die Strafräume markieren
- ▶ Zwischen einem Strafraum und den Seitenlinien 2 Außenzonen abstecken
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter
- ▶ Blau erhält zunächst das Angriffsrecht

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Dabei müssen zunächst die Aufbauspieler in beiden Außenzonen angespielt werden.
- ▶ Anschließend freies Spiel bis zum Torabschluss.
- ▶ Nach einer Weile das Angriffsrecht tauschen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer dürfen in einer 7-gegen-5-Überzahl agieren.
- ▶ Die Außenzonen entfernen und zum Schluss freispielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass sich die Torhüter nach dem ersten Zuspiel sofort wieder anbieten.
- ▶ So können sich die Torhüter aktiv an der Spielöffnung beteiligen.