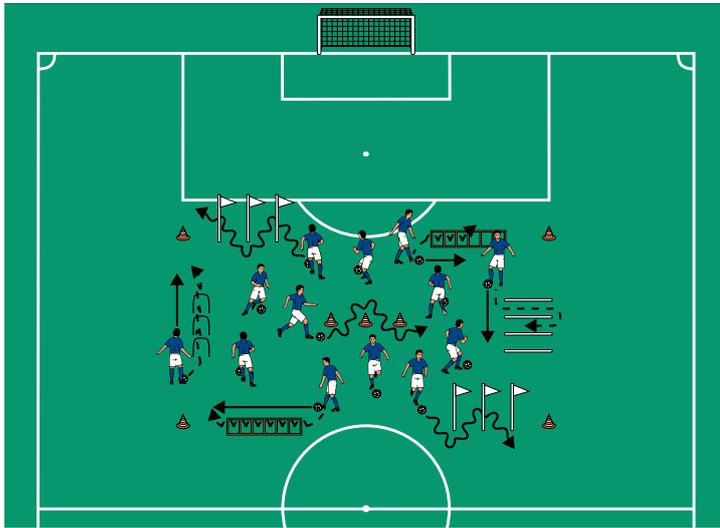


THEMA: DIE BREITE DES FELDES NUTZEN



AUFWÄRMEN 1:

KOORDINATIONS- UND DRIBBELPARCOURS

ORGANISATION

- ▶ Vor dem Strafraum ein Feld mit einem Parcours aufbauen
- ▶ Dabei mit 2 Koordinationsleitern sowie Stangen und Hütchen 7 kleine Stationen errichten
- ▶ Die Spieler mit je 1 Ball im Feld verteilen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln frei im Feld umher.
- ▶ Dabei suchen sie sich immer wieder eine freie neue Station und führen vorgegebene Geschicklichkeitsaufgaben aus (z. B. an den Stangen vorbei passen und im Sidestep um die Stangen laufen, im Slalom um die Hütchen dribbeln usw.).

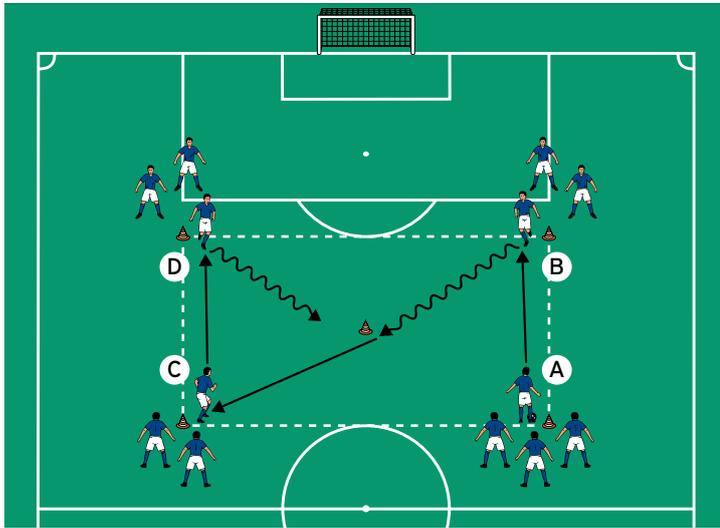
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln.
- ▶ Die Spieler dürfen ihre Geschicklichkeitsaufgaben an den Stationen selbst kreativ wählen.
- ▶ Die Spieler müssen frei wählbare Finten ins Dribbling einbauen (z. B. Schere, Übersteiger usw.).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Stationen eher am Rand des Feldes aufbauen, damit im Zentrum Platz zum Dribbeln bleibt.
- ▶ Im Zentrum langsam dribbeln und die Geschicklichkeitsaufgaben an den Stationen zügig und präzise durchführen.

THEMA: DIE BREITE DES FELDES NUTZEN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBEL- UND PASSPARCOURS

ORGANISATION

- ▶ Das Feld beibehalten
- ▶ Die Stationen entfernen
- ▶ In der Mitte des Feldes ein Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler an den Eckhütchen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der zum zentralen Hütchen mitnimmt und zu C passt.
- ▶ C passt auf D, der ebenfalls zum zentralen Hütchen dribbelt, zum jeweils nächsten Spieler bei A passt usw.
- ▶ Alle Spieler rücken jeweils eine Position weiter.

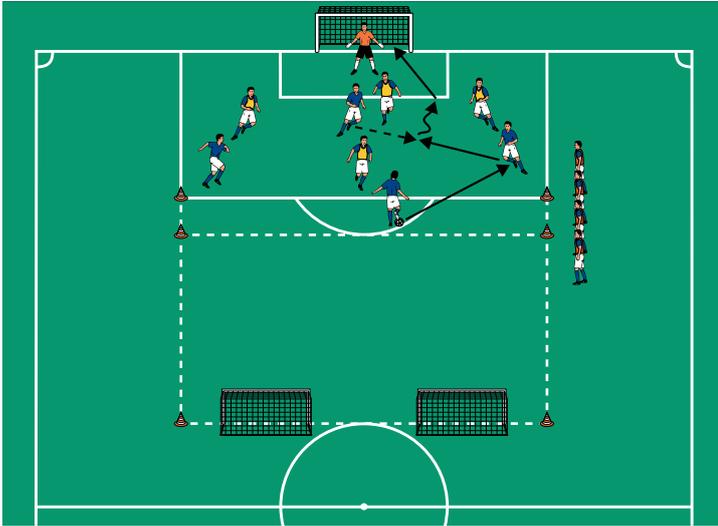
VARIATIONEN

- ▶ B und D lassen noch einmal auf A bzw. C prallen und erhalten das nächste Zuspiel dann in den Lauf.
- ▶ A und C müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ A und C müssen im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Möglichst mit dem ersten Kontakt in die neue Bewegungsrichtung mitnehmen.
- ▶ Beim Dribbling zum zentralen Hütchen leicht beschleunigen.
- ▶ Blickkontakt vor den Zuspielen einfordern.

THEMA: DIE BREITE DES FELDES NUTZEN



HAUPTTEIL 1:

SPIEL AUF 3 TORE I

ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 40 Meter großes Feld markieren
- ▶ Auf den Grundlinien 1 Großtor mit Torhüter sowie gegenüber 2 Jugendtore aufstellen
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ 3 Teams einteilen
- ▶ 2 Mannschaften im Feld postieren
- ▶ Das dritte Team pausiert außerhalb

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf das Tor mit Torhüter und die beiden Jugendtore.
- ▶ Bei einer Torerzielung beim Großtor müssen alle Angreifer in der gegnerischen Hälfte sein.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die gegenüberliegenden Jugendtore.
- ▶ Treffer bei den Jugendtoren können nur per Direktschuss erzielt werden.
- ▶ Das Team, das einen Treffer kassiert hat, wechselt sofort mit dem dritten Team.

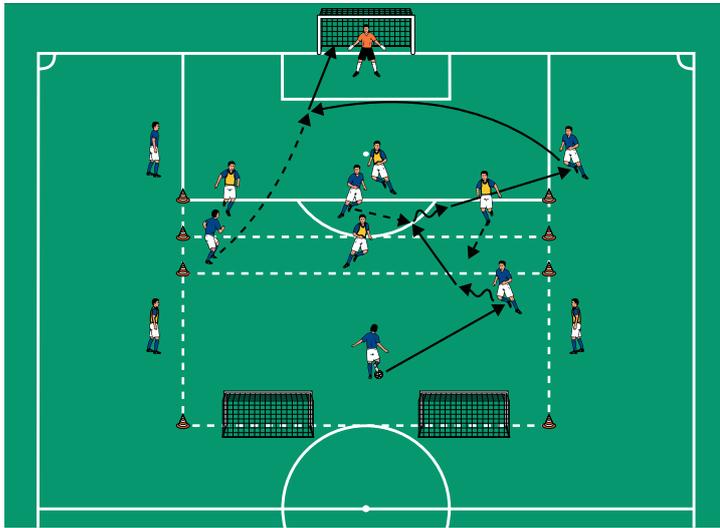
VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer auf das Großtor müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Nach einer Torerzielung bleibt das erfolgreiche Team in Ballbesitz und wechselt sofort die Spielrichtung.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Alternativ zu den Jugendtoren Stangentore verwenden.
- ▶ Bei ungerader Spielerzahl einen neutralen Spieler bestimmen, der mit den jeweiligen Ballbesitzern zusammenspielt.

THEMA: DIE BREITE DES FELDES NUTZEN



HAUPTTEIL 2:

SPIEL AUF 3 TORE II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Zusätzlich die Strafräume markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 2 Wandspieler, die sich an den Seitenlinien des Feldes aufstellen

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 im Feld auf das Tor mit Torhüter und die beiden Jugendtore.
- ▶ Die Ballbesitzer können ihre Wandspieler an den Seitenlinien jederzeit einbeziehen.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, kontern sie sofort auf die gegenüberliegenden Jugendtore.
- ▶ Gültige Treffer bei den Jugendtoren können nur per Direktschuss erzielt werden.
- ▶ Nach einiger Zeit die Seiten tauschen.

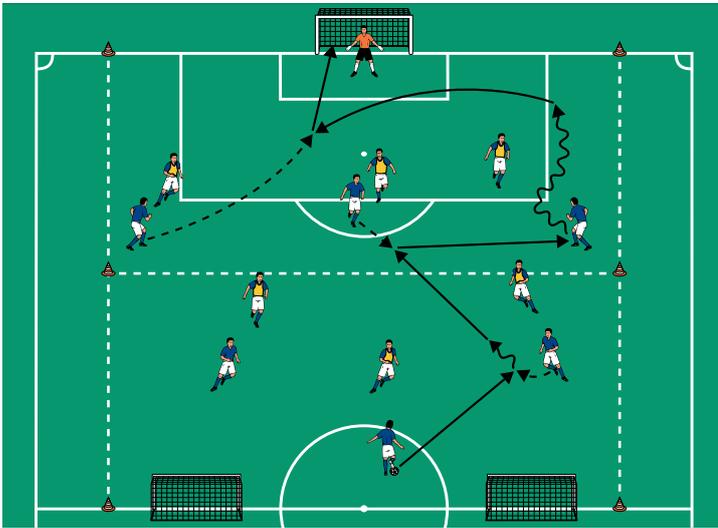
VARIATIONEN

- ▶ Die Wandspieler postieren sich neben dem Großtor bzw. zwischen den beiden Jugendtoren.
- ▶ Die Wandspieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Es müssen zunächst beide Wandspieler angespielt werden, bevor ein Treffer erzielt werden darf.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ein schnelles Kombinationsspiel einfordern.
- ▶ Nach dem Pass in die Tiefe müssen alle Angreifer nachrücken.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

THEMA: DIE BREITE DES FELDES NUTZEN



SCHLUSSTEIL:

SPIEL AUF 3 TORE III

ORGANISATION

- ▶ Ein 50 x 50 Meter großes Feld mit 1 Großtor mit Torhüter und 2 Jugendtoren markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 6 auf das Großtor mit Torhüter und die beiden Jugendtore.
- ▶ Gültige Treffer bei den Jugendtoren können nur per Direktschuss erzielt werden.
- ▶ Nach einiger Zeit die Seiten tauschen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer müssen mit mindestens 2 Kontakten spielen.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Angriff die Breite und Tiefe des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Die Außenspieler sollen situativ mutig in den Strafraum dribbeln.
- ▶ Nach einem Ballverlust ziehen sie sich kompakt im Zentrum zusammen und verschieben jeweils seitlich.