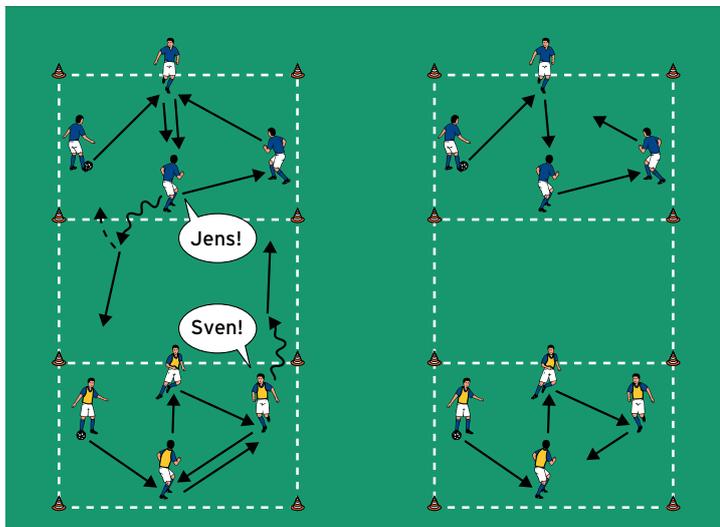


THEMA: FORTSCHRITTE DURCH MOTIVIERENDE SPIELFORMEN



AUFWÄRMEN 1:

NAMEN-SPIEL I

ORGANISATION

- ▶ Zwei 30 x 15 Meter große Felder markieren
- ▶ Die Felder nochmals in drei 10 x 15 Meter große Zonen unterteilen
- ▶ Vor Beginn des Trainings 2 Gruppen bilden und jeweils fest einem Feld zuweisen
- ▶ In jedem Feld die Gruppen nochmals unterteilen
- ▶ Die Gruppen jeweils in den Endzonen aufstellen
- ▶ Pro Gruppe 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler müssen jeweils 4 Pässe in der Gruppe spielen.
- ▶ Der Empfänger des vierten Passes dribbelt in die mittlere Zone, ruft den Namen eines Spielers aus der anderen Endzone auf und passt diesem zu.
- ▶ Anschließend kehrt der Passgeber in seine Zone zurück, wo die jeweils nächste Aktion startet usw.

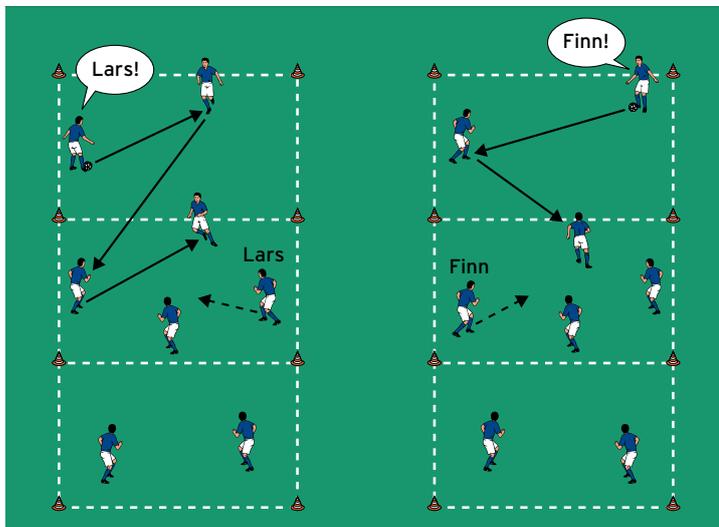
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Spieler jonglieren den Ball in der Gruppe. Der aufgerufene Spieler nimmt ins Dribbling in die Mittelzone mit.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollten jeweils in ihrem Feld verbleiben und auch keine versprungenen Bälle aus dem jeweils anderen Feld holen.
- ▶ Als Trainer zwischen den Feldern postieren.
- ▶ Nach Zuruf des Namens sollten die aufgerufenen Spieler schnell reagieren und das Zuspiel aktiv fordern.

THEMA: FORTSCHRITTE DURCH MOTIVIERENDE SPIELFORMEN



AUFWÄRMEN 2:

NAMEN-SPIEL II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Je 2 Spieler in den Endzonen sowie 4 Spieler in der Mittelzone jedes Feldes verteilen

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando passt der Ballbesitzer in der Endzone zu seinem Mitspieler und ruft dabei laut den Namen eines Spielers aus der mittleren Zone auf.
- ▶ Dieser wird daraufhin Verteidiger.
- ▶ Der neue Ballbesitzer passt zu einem der anderen Spieler in der Mittelzone, die versuchen, im 3 gegen 1 vier Pässe in den eigenen Reihen zu spielen.
- ▶ Gelingt dies, so passen sie in die dritte Zone, von wo die jeweils nächste Aktion startet.

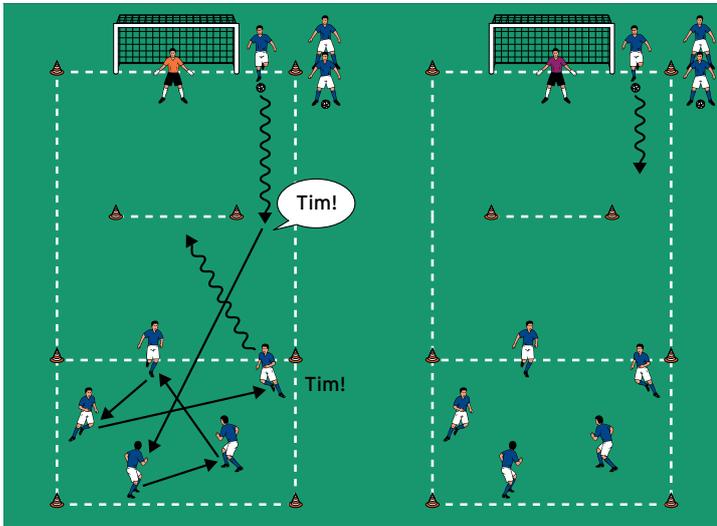
VARIATIONEN

- ▶ Die Anzahl der erforderlichen Pässe variieren.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Gruppe gelangen in 2 Minuten mehr Seitenwechsel von Endzone zu Endzone?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeder Spieler aus der mittleren Zone sollte mindestens einmal als Verteidiger agieren.
- ▶ Die Spieler in der Mittelzone regelmäßig wechseln.

THEMA: FORTSCHRITTE DURCH MOTIVIERENDE SPIELFORMEN



HAUPTTEIL 1

NAMEN-TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Die Felder und jeweils eine Endzone beibehalten
- ▶ In jedem Feld zusätzlich 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ 10 Meter vor jedem Tor eine 8 Meter breite Hütchenlinie markieren
- ▶ Je 3 Spieler mit Bällen neben dem Tor postieren
- ▶ Alle übrigen Spieler stellen sich in der gegenüberliegenden Endzone auf

ABLAUF

- ▶ Der Startspieler dribbelt ins Feld und ruft laut den Namen eines Mitspielers auf.
- ▶ Anschließend passt er zu einem beliebigen anderen Spieler in die Endzone.
- ▶ Die Spieler in der Endzone müssen jetzt mindestens 4 Pässe in der Gruppe spielen.
- ▶ Der aufgerufene Spieler erhält das letzte Zuspiel, dribbelt zur Hütchenlinie und schießt von dort auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Anschließend tauschen der Schütze und der Startspieler die Positionen und Aufgaben.

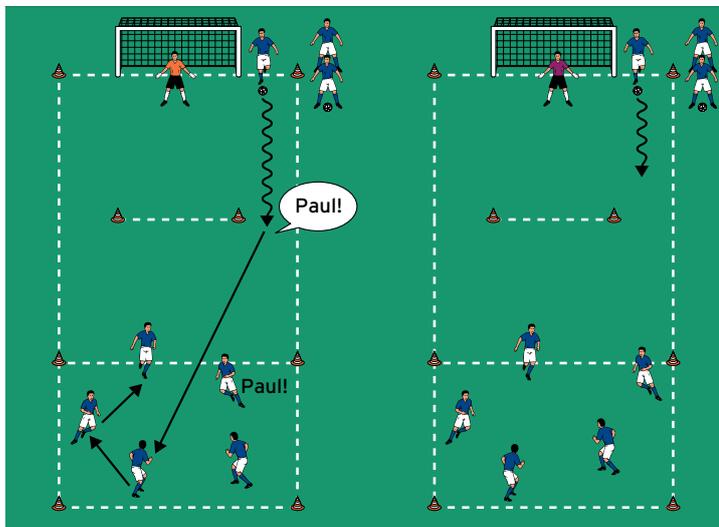
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Spieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Die Gruppe, die zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Startspieler sollte nicht zum aufgerufenen Spieler passen.
- ▶ Der aufgerufene Spieler sollte sich möglichst so freilaufen, dass er das Zuspiel direkt in Richtung Tor mitnehmen kann.

THEMA: FORTSCHRITTE DURCH MOTIVIERENDE SPIELFORMEN



HAUPTTEIL 2

BLITZ-TREFFER I

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Gruppen beibehalten

ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt übernimmt der aufgerufene Spieler die Störspieleraufgabe in der Endzone.
- ▶ Die übrigen Spieler versuchen nach dem Zuspiel, 4 Pässe im 4 gegen 1 zu spielen.
- ▶ Der Empfänger des vierten Passes dribbelt aus der Zone und schließt von der Hütchenlinie ab.

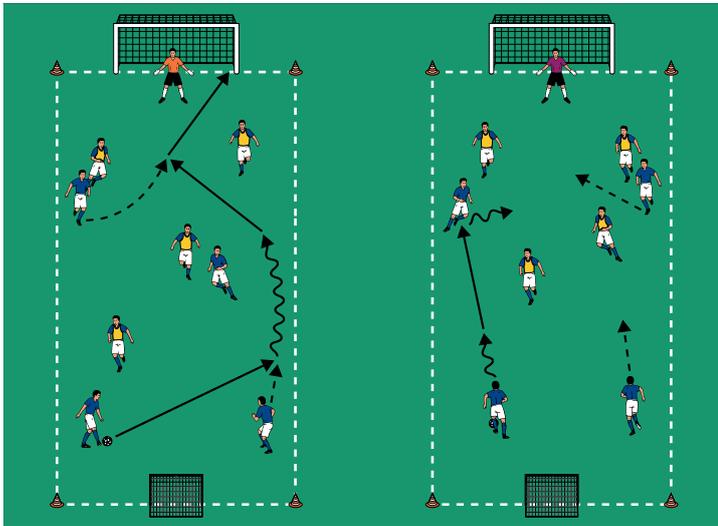
VARIATIONEN

- ▶ Die Anzahl der erforderlichen Pässe variieren.
- ▶ Erobert der Störspieler den Ball, so kann er die Aktion ebenfalls mit einem Torschuss abschließen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollten darauf achten, möglichst alle Spieler gleichmäßig aufzurufen.
- ▶ Den ersten Pass ins Feld so spielen, dass der Passempfänger nicht sofort vom Störspieler unter Druck gesetzt werden kann.

THEMA: FORTSCHRITTE DURCH MOTIVIERENDE SPIELFORMEN



SCHLUSSTEIL

BLITZ-TREFFER II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Hütchenlinien sowie die Zonen entfernen
- ▶ Gegenüber von den Toren zusätzlich je 1 Minitor aufstellen
- ▶ Pro Feld 2 Teams bilden

ABLAUF

- ▶ Jede Aktion wird von den Angreifern vom Minitor aus gestartet.
- ▶ Sie versuchen jeweils, im 4 gegen 4 auf das gegenüberliegende Tor abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das Minitor.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 3 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Die Teams dürfen jeweils einen Joker-Spieler benennen: Treffer des Joker-Spielers zählen doppelt.
- ▶ Die Angriffe auf das Großtor müssen mit maximal 5 Pässen abgeschlossen werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem Durchgang die Seiten tauschen.
- ▶ Da die Angreifer jede Aktion wieder von der eigenen Grundlinie aus starten, ohne Ecken, Abstöße und Einwürfe spielen.
- ▶ Die Intensität des Spiels ist sehr hoch! Daher ist die Spielzeit pro Durchgang bewusst kurz gehalten.