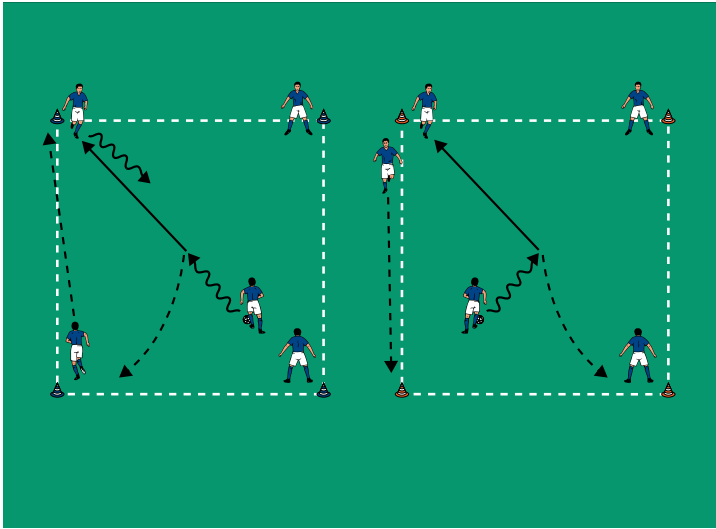


THEMA: ALS TEAM ZUSAMMENWACHSEN



AUFWÄRMEN 1:

PASS-EINZEL-FELDER

ORGANISATION

- ▶ Zwei 20 x 20 Meter große Felder nebeneinander markieren
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Der Ballbesitzer dribbelt ins Feld und passt zu einem Mitspieler.
- ▶ Anschließend läuft er zu einem anderen Hütchen.
- ▶ Der Passempfänger nimmt ins Feld an und mit, passt zu einem Mitspieler usw.
- ▶ Jedes freie Hütchen schnellstmöglich besetzen.

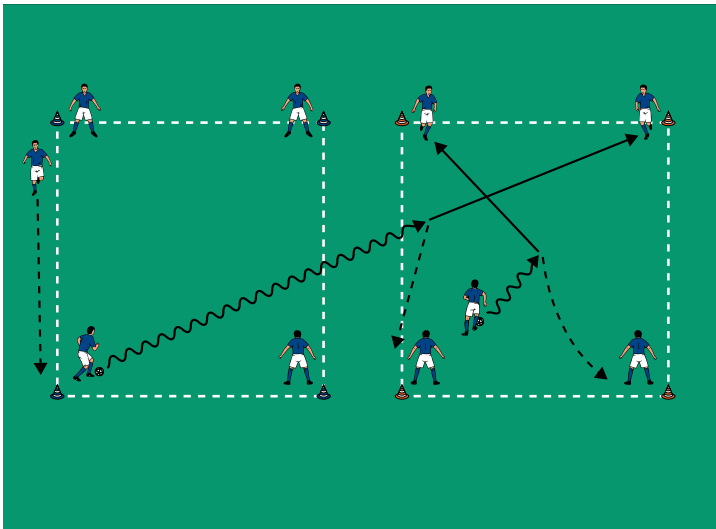
VARIATIONEN

- ▶ Eine frei wählbare Finte ins Dribbling einbauen.
- ▶ Mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Mit maximal 2 Kontakten spielen.
- ▶ Den Ball zuwerfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Vor einem Zuspiel stets den Blickkontakt zum Mitspieler suchen.
- ▶ Auf flache und in der Schärfe angemessene Pässe achten.
- ▶ Unbesetzte Hütchen erkennen und umgehend anlaufen.

THEMA: ALS TEAM ZUSAMMENWACHSEN



AUFWÄRMEN 2:

PASS-DOPPELFELDER

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Organisation beibehalten

ABLAUF

- ▶ Der Ballbesitzer dribbelt ins Feld und passt zu einem Mitspieler in einem beliebigen Feld.
- ▶ Nach dem Pass laufen die Spieler zu einem anderen Hütchen.
- ▶ Der Passempfänger nimmt ins Feld an und mit, passt zu einem Mitspieler usw.
- ▶ Jedes freie Hütchen schnellstmöglich besetzen.

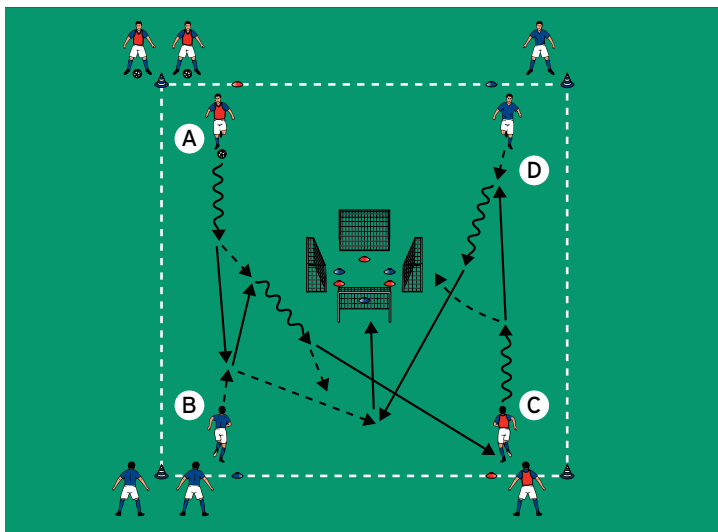
VARIATIONEN

- ▶ Nach dem Pass stets ins andere Feld laufen.
- ▶ Ausschließlich ins andere Feld passen.
- ▶ Mit maximal 2 Kontakten spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den zweiten Ball stets im Blick haben, um Pässe zum selben Hütchen zu vermeiden.
- ▶ Nach jedem Pass zu einem Hütchen laufen, an dem kein oder nur ein Spieler ist.
- ▶ Unbesetzte Hütchen erkennen und direkt anlaufen.

THEMA: ALS TEAM ZUSAMMENWACHSEN



HAUPTTEIL 1:

TOR-VIERECK I

ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld errichten
- ▶ Mittig im Feld 4 Minitore mit den Rücken zueinander aufstellen und mit verschiedenfarbigen Hütchen gemäß Abbildung markieren
- ▶ Neben den Eckhütchen je 1 Starthütchen platzieren
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Teams jeweils an 2 diagonal gegenüberliegenden Starthütchen postieren
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A dribbelt ins Feld, spielt einen Doppelpass mit B und passt zu C, der auf D weiterleitet.
- ▶ D nimmt an und startet so ein 2 gegen 2 auf die Minitore.
- ▶ Jedes Team greift auf drei Minitore einer Farbe an.
- ▶ Das 2 gegen 2 endet, wenn ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wurde.
- ▶ Nach 5 Durchgängen die Aufgaben wechseln.

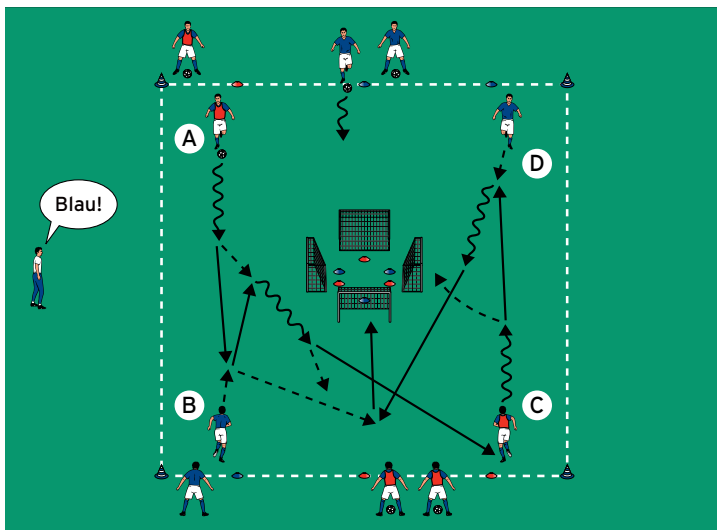
VARIATIONEN

- ▶ Die Passfolge mit Flugbällen durchspielen.
- ▶ Die Starthütchen nummerieren und das Hütchen aufrufen, von dem der Spieler eindribbelt.
- ▶ Die Passfolge ändern (z. B. A spielt zu B, B zu C, der auf D weiterleitet).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Pässe durch das Zentrum sind möglich.
- ▶ In offener Stellung anbieten, um möglichst viel vom Spielfeld zu sehen und unter erleichterten Bedingungen aufdrehen zu können.
- ▶ Die Anspiele sollten in den Raum erfolgen, um das Spieltempo hoch zu halten.

THEMA: ALS TEAM ZUSAMMENWACHSEN



HAUPTTEIL 2:

TOR-VIERECK II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Auf den Grundlinien je 1 weiteres Starthütchen markieren
- ▶ Teams und Bälle gemäß Abbildung an den Starthütchen verteilen

ABLAUF

- ▶ A dribbelt ins Feld, spielt einen Doppelpass mit B und passt zu C, der auf D weiterleitet.
- ▶ D nimmt an und mit und startet so ein 2 gegen 2 auf die Minitore.
- ▶ Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wurde, ruft der Trainer ein Team auf.
- ▶ Der erste Ballbesitzer des aufgerufenen Teams vom dritten Starthütchen dribbelt zum 3 gegen 2 ins Feld.
- ▶ Sobald ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wurde, dribbelt der Spieler des anderen Teams zum 3 gegen 3 ein.

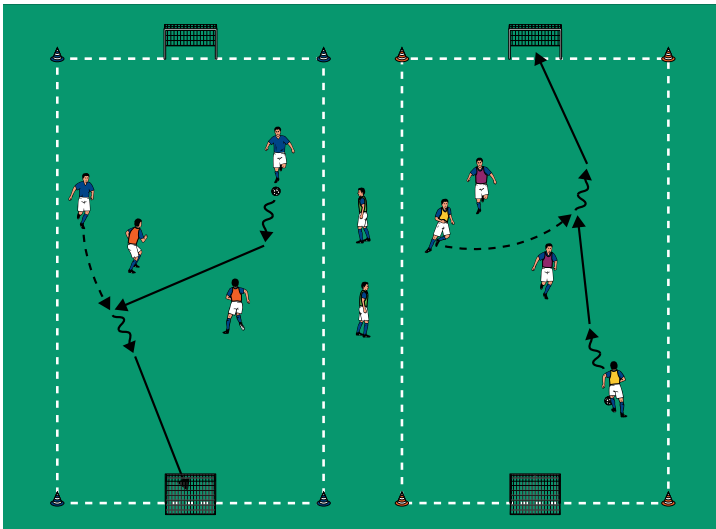
VARIATIONEN

- ▶ Die Starthütchen nummerieren und das Hütchen aufrufen, von dem der Spieler eindribbelt.
- ▶ Die Passfolge ändern (z. B. A spielt zu C, C zu B, der auf D weiterleitet).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jedem Durchgang die Starthütchen im Uhrzeigersinn wechseln.
- ▶ Bei der An- und -mitnahme den ersten Kontakt nutzen, um den Ball zielgerichtet in Bewegung zu halten.
- ▶ Mit Hilfe von Lauffinten einen Bewegungs- bzw. Handlungsvorsprung gegenüber dem Gegenspieler schaffen.

THEMA: ALS TEAM ZUSAMMENWACHSEN



SCHLUSSTEIL

2-TREFFER-TURNIER

ORGANISATION

- ▶ Zwei 10 x 20 Meter große Spielfelder nebeneinander markieren
- ▶ Auf jeder Grundlinie ein Minitor aufstellen
- ▶ 5 Teams bilden
- ▶ 2 Teams pro Feld
- ▶ Das übrige Team pausiert zwischen den Feldern

ABLAUF

- ▶ Jeweils 2 gegen 2 auf die Minitore.
- ▶ Sobald ein Team 2 Treffer erzielt, erhält es 1 Punkt und wechselt mit dem pausierenden Team.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welches Team sammelt die meisten Punkte?

VARIATIONEN

- ▶ Nach jedem Treffer wechseln.
- ▶ 6 gegen 6 auf 4 Minitore.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Wechsel fliegend durchführen und das Spiel nicht pausieren.
- ▶ Als pausierendes Team beide Felder beobachten, um sofort spielbereit zu sein.
- ▶ Als Trainer die erzielten Punkte für jedes Team mitzählen.