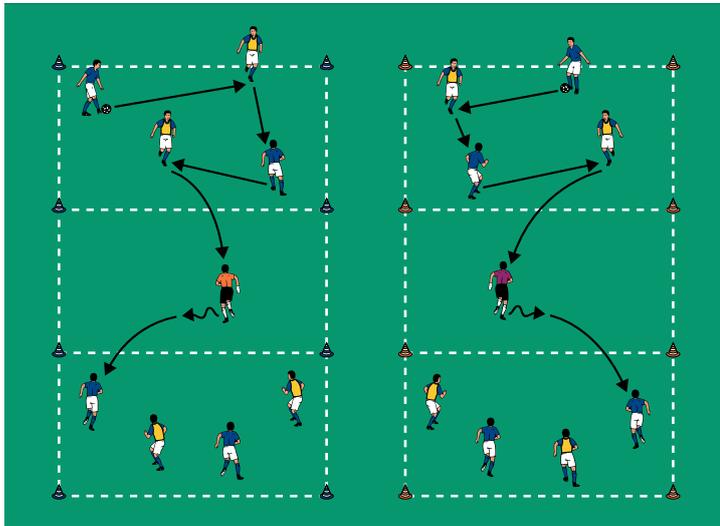


THEMA: DIE WAHRNEHMUNG UND DIE REAKTION SCHULEN



AUFWÄRMEN 1:

FARBUNTERSCHIEDUNG

ORGANISATION

- ▶ Zwei 30 x 15 Meter große Spielfelder markieren
- ▶ Beide Spielfelder nochmals in drei 10 x 15 Meter große Zonen unterteilen
- ▶ Vor Beginn des Trainings 2 feste Gruppen bilden und jeweils für das komplette Training je 1 Feld zuweisen
- ▶ Die Gruppen in beiden Feldern erneut unterteilen und je 2 Spieler in den Endzonen postieren
- ▶ Der Torhüter stellt sich in der Mittelzone auf
- ▶ Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler in der Startzone passen sich gegenseitig zu.
- ▶ Dabei dürfen die Passgeber jeweils nur zu einem Spieler der anderen Gruppe passen.
- ▶ Der letzte Passempfänger spielt per Flugball zum Torhüter, der in die andere Endzone weiterleitet.
- ▶ Hier startet eine neue Aktion usw.

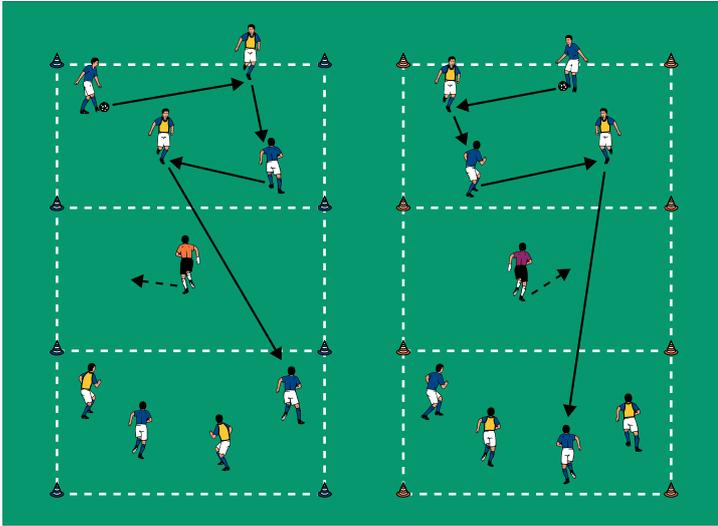
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Jeder Spieler muss vor dem Abspiele eine Finte ausführen.
- ▶ Der Torhüter muss das Zuspiel des Passgebers zu einem Passempfänger der jeweils anderen Gruppe weiterleiten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler in der jeweiligen Zone am Ball waren, ehe zum Torhüter weitergeleitet wird.
- ▶ Zudem darauf achten, dass die Spieler dauerhaft in Bewegung sind.

THEMA: DIE WAHRNEHMUNG UND DIE REAKTION SCHULEN



AUFWÄRMEN 2:

BALLJÄGER

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Gruppen beibehalten

ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Der Empfänger des letzten Passes spielt jetzt flach zu einem Spieler einer anderen Farbe in die gegenüberliegende Endzone.
- ▶ Der Torhüter versucht, das Zuspiel zu unterbinden.
- ▶ Jeder erfolgreiche Pass ergibt 1 Punkt.
- ▶ In welchem Feld werden innerhalb von 2 Minuten die meisten Punkte gesammelt?

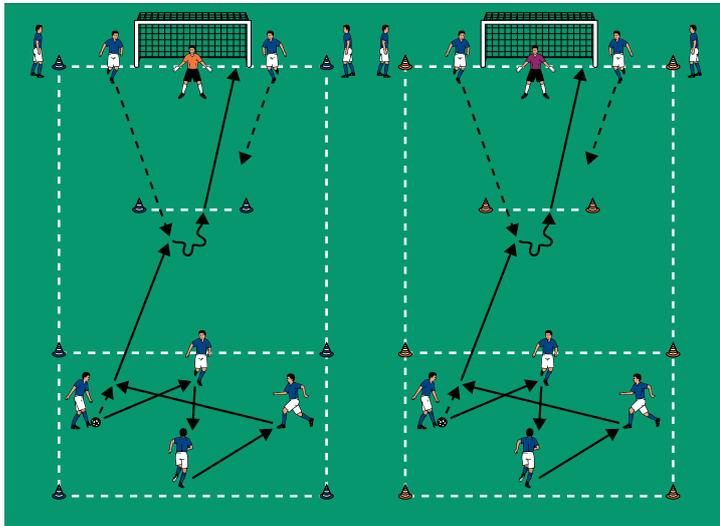
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die Spieler dürfen jederzeit in die andere Endzone passen, ohne dass zuvor jeder Spieler am Ball war.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Torhüter kann die Pässe auch mit der Hand abwehren.
- ▶ Die Spieler sollten gezielt Finten einbauen, um den Torhüter zu verladen.

THEMA: DIE WAHRNEHMUNG UND DIE REAKTION SCHULEN



HAUPTTEIL 1

PASS-STARTSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Die Felder und jeweils 1 Endzone beibehalten.
- ▶ In jedem Feld zusätzlich 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ 10 Meter vor jedem Tor eine 8 Meter breite Hütchenlinie markieren
- ▶ Je 4 Zielspieler neben den Torpfosten und 4 Passgeber in der Endzone postieren
- ▶ Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler in der Endzone passen sich gegenseitig zu.
- ▶ Nach dem vierten Pass, starten 2 Zielspieler in Richtung Hütchenlinie.
- ▶ Der Spieler, der die Linie zuerst überquert, erhält ein Zuspiel und schließt nach einer Drehung auf das Tor mit Torhüter ab.

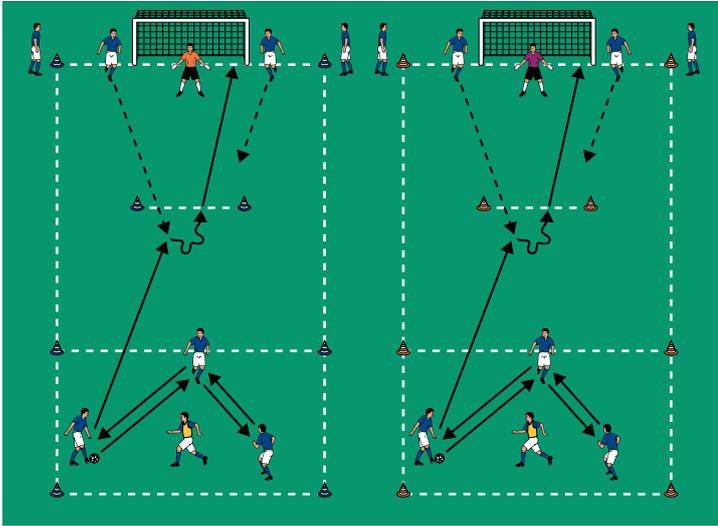
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler müssen sich mit genau 2 Kontakten zuspieren (annehmen, passen).
- ▶ Die Passgeber jonglieren den Ball gegenseitig in der Luft und passen volley zu den Zielspielern.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe erzielt die meisten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Zielspieler müssen die Pässe in der gegenüberliegenden Zone genau beobachten.
- ▶ Startet ein Spieler zu früh und muss auf das Zuspiel warten, so gilt sein Gegenspieler als Sieger und erhält automatisch das Abschlussrecht.
- ▶ Nach jeweils 4 Aktionen die Positionen und Aufgaben tauschen.

THEMA: DIE WAHRNEHMUNG UND DIE REAKTION SCHULEN



HAUPTTEIL 2

3-GEGEN-1-STARTSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Pro Endzone je 1 Störspieler benennen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler in den Endzonen passen sich im 3 gegen 1 zu.
- ▶ Sobald 4 Pässe gespielt sind oder der Störspieler ein Zuspiel abfängt, starten 2 Zielspieler zur Hüftenlinie.
- ▶ Der Spieler, der die Linie zuerst überquert, erhält einen Pass zum Torabschluss in den Fuß.

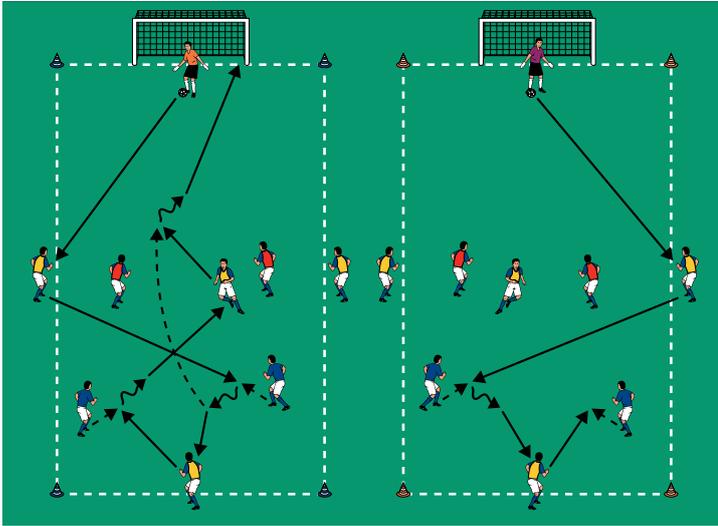
VARIATIONEN

- ▶ Die Läufer starten nur nach Ballberührung des Störspielers ins Feld.
- ▶ Die Spieler in der Endzone müssen mit maximal 2 Kontakten spielen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe erzielt die meisten Treffer?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Wahrnehmungs- und Reaktionsschnelligkeit steht auch in dieser Spielform im Mittelpunkt.
- ▶ Die Zielspieler sollten die Aktionen aufmerksam verfolgen, sodass sie jederzeit starten können.

THEMA: DIE WAHRNEHMUNG UND DIE REAKTION SCHULEN



SCHLUSSTEIL

2 PLUS 4 GEGEN 2

ORGANISATION

- ▶ Die Felder beibehalten
- ▶ Die Endzonen und die Hütchenlinien entfernen
- ▶ Pro Feld 4 Anspieler (Gelb), 2 Angreifer (Blau) und 2 Verteidiger (Rot) benennen
- ▶ Die Angreifer, die Verteidiger und 1 Anspieler im Feld postieren
- ▶ Die übrigen Anspieler verteilen sich außerhalb des Feldes
- ▶ Der Torhüter hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Jede Aktion wird vom Torhüter aus gestartet.
- ▶ Die Angreifer müssen im Zusammenspiel mit den Anspielern 5 Pässe spielen.
- ▶ Anschließend dürfen sie auf das Tor abschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, sofort die Aufgaben wechseln.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 4 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Die Anspieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Die Zahl der erforderlichen Pässe variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen die Überzahlsituation durch ein schnelles und sicheres Passspiel ausnutzen.
- ▶ Beim Freilaufen sollen die Angreifer stets die Positionen der Anspieler beachten.