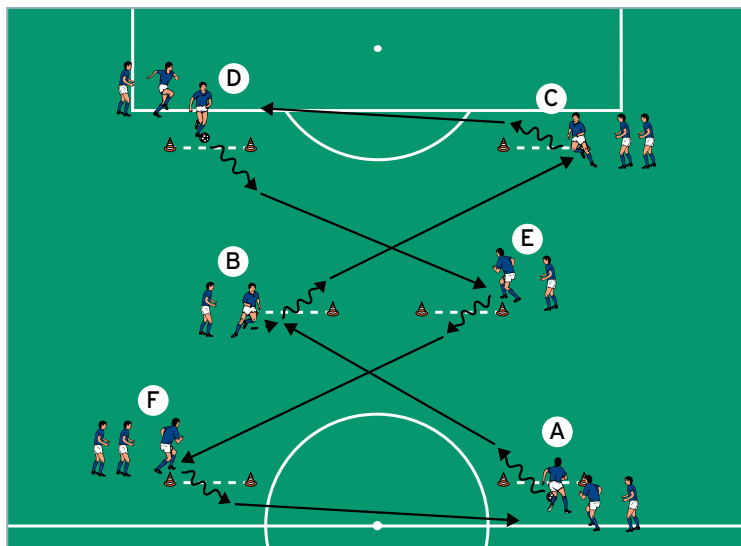


AUFWÄRMEN 1: Passkombinationen mit Annahme in offener Stellung

von Armin Friedrich (20.10.2015)



Organisation

- Mit mehreren Hütchentoren einen Passparcours markieren
- Die Spieler an den Positionen verteilen
- Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben 1 Ball

Ablauf

- A und D starten gleichzeitig und passen zu B bzw. E.
- Die Passempfänger nehmen durch ihre Hütchentore an und mit und passen anschließend zu C bzw. F weiter.
- C und F nehmen ebenfalls kurz an und mit und passen zu den jeweils nächsten Spielern bei D bzw. A usw.
- Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

Variationen

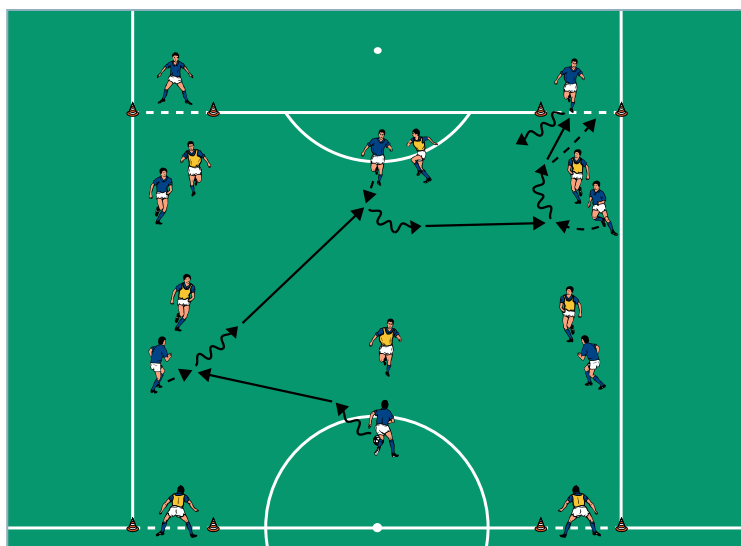
- Die Technik der An- und Mitnahme vorgeben (z. B. mit der Innen-/Außenseite, nur mit rechts/links usw.).
- Alle Spieler passen sich mit einem doppelten Doppelpass zu: Dabei die Zuspiele zunächst prallen lassen und dann erneut zupassen.

Tipps und Korrekturen

- Darauf achten, dass die Spieler jeweils mit dem ersten Kontakt sofort in die neue Passrichtung an- und mitnehmen.
- Den Zuspielen jeweils nach Blickkontakt aktiv entgegenstarten.
- Den Blick vom Ball heben, um die durch das Feld kreuzenden Spieler beim Pass nicht zu treffen.

AUFWÄRMEN 2: Passen mit Zielspielern

von Armin Friedrich (20.10.2015)



Organisation

- Zwischen Strafraum- und Mittellinie ein Feld markieren
- Auf den Grundlinien je 2 Hütchentore errichten
- 2 Teams einteilen
- Jede Mannschaft stellt 2 Zielspieler, die sich jeweils hinter den gegenüberliegenden Hütchentoren aufstellen

Ablauf

- 6 gegen 6 im Feld mit dem Ziel, einen der eigenen Mitspieler hinter den gegenüberliegenden Hütchentoren anzuspielen.
- Gelingt dies, so erhält das erfolgreiche Team 1 Punkt.
- Der Passempfänger dribbelt ins Feld und tauscht mit dem Passgeber die Positionen und Aufgaben.

Variationen

- 4 neutrale Zielspieler benennen, so dass die Angreifer in beide Richtungen spielen und Punkte erzielen können.
- Die Zielspieler erst nach einigen Minuten gemeinsam wechseln.

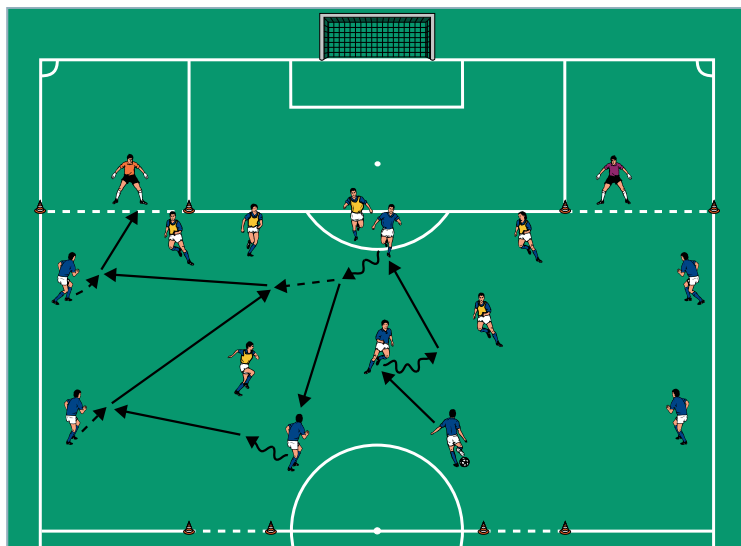
Tipps und Korrekturen

- Im Angriff die Außenpositionen konsequent besetzen und so die vollständige Breite des Feldes nutzen.
- Trotz bestehender Anspielmöglichkeiten am Flügel schnellstmöglich in die Tiefe kombinieren.
- Bei Ballverlust schnellstmöglich die Passwege schließen.

HAUPTTEIL 1:

8 gegen 6 mit 2 Zielspielern

von Armin Friedrich (20.10.2015)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Das Spielfeld jetzt bis zur Außenlinie erweitern
- Auf einer Grundlinie an den Seiten Ziellinien markieren
- 8 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen
- Die Torhüter agieren als Zielspieler

Ablauf

- 8 gegen 6 mit dem Ziel, einen der beiden Zielspieler hinter der gegenüberliegenden Grundlinie anzuspielen.
- Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf die beiden Hütchentore an der Mittellinie.

Variationen

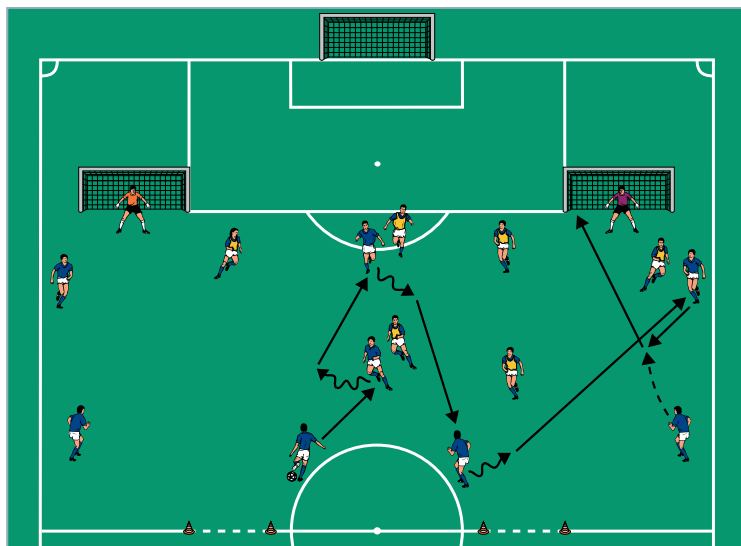
- Das Überzahl-Team darf mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Die Überzahl-Mannschaft muss innerhalb von 30 Sekunden auf einen der beiden Zielspieler gepasst haben.

Tipps und Korrekturen

- Ein schnelles Kombinationsspiel fordern.
- Die Räume in Breite und Tiefe des Feldes besetzen und vollständig nutzen.
- Darauf achten, dass die Zielspieler stets anspielbereit auf den Fußballen agieren und nicht nur auf einer Stelle stehen.

HAUPTTEIL 2: 8 gegen 6 mit Jugendtoren

von Armin Friedrich (20.10.2015)



Organisation

- Den Grundaufbau und die Mannschaften weiter verwenden
- Anstelle der Ziellinien 2 Jugendtore mit Torhütern aufstellen

Ablauf

- 8 gegen 6 auf die Jugendtore mit Torhütern.
- Gelingt es dem Unterzahl-Team, den Ball zu erobern, so kontert es auf die Hütchentore auf der Mittellinie.

Variationen

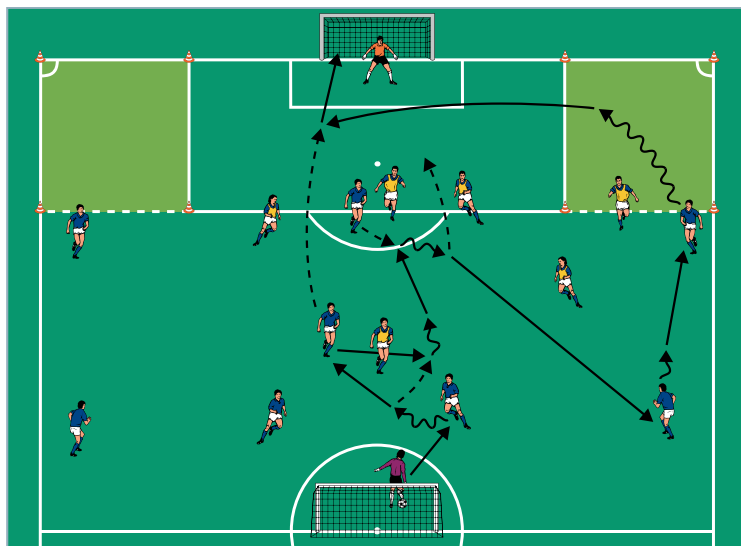
- Das Überzahl-Team darf mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Die Überzahl-Mannschaft muss innerhalb von 30 Sekunden auf eines der beiden Jugendtore abgeschlossen haben.

Tipps und Korrekturen

- Auf zügige Kombinationen achten.
- Schnelle Seitenwechsel fordern.
- Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.

SCHLUSSTEIL: 8-gegen-6-Spiel mit Flankenzonen

von Armin Friedrich (20.10.2015)



Organisation

- Auf einer Feldhälfte ein Spielfeld mit Großtoren markieren
- Zwischen den Seitenlinien und dem Strafraum Flankenzonen errichten
- Die Teams beibehalten
- Die Torhüter je einer Mannschaft zuweisen

Ablauf

- 8 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- Die Überzahl-Mannschaft muss ihren Angriff über eine der beiden Flankenzonen vorbereiten.
- Die Unterzahl-Mannschaft agiert mit freiem Spiel.

Variationen

- Die Ballbesitzer dürfen in den Flügelzonen nicht angegriffen werden.
- Das Überzahl-Team darf mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Die Flügelzonen entfernen und 2 Gleichzahl-Teams bilden: Zum Schluss frei spielen lassen.

Tipps und Korrekturen

- Ein schnelles Kombinationsspiel verlangen.
- Die vollständige Breite des Feldes besetzen und nutzen.
- Trotzdem rechtzeitig erkennen, wann tief in die Spitze kombiniert werden kann.
- Zielstrebig abschließen!