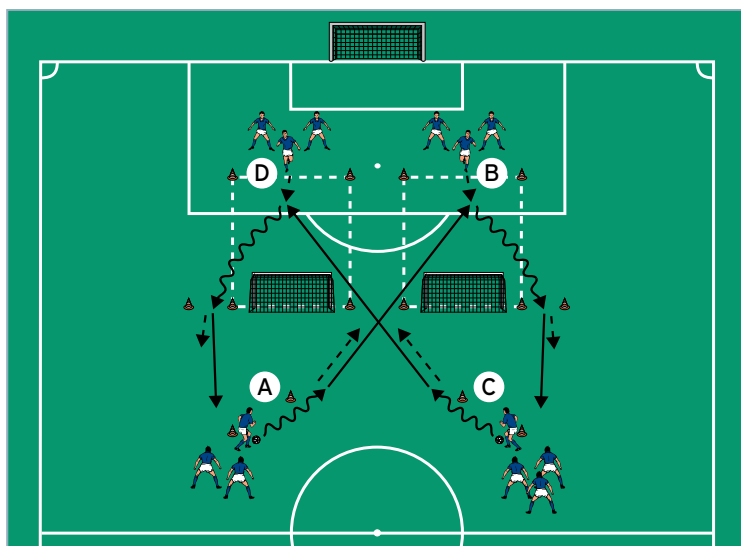


AUFWÄRMEN 1: Flugball-Kombinationen

von Guido Streichsbier (19.04.2016)



Organisation

- An der Strafraumgrenze 2 Felder markieren
- Auf jeweils einer Grundlinie 1 Jugendtor aufstellen
- Zusätzlich Positionshütchen aufstellen
- Die Spieler auf den Positionen verteilen
- Die jeweils ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball

Ablauf

- A und C dribbeln kurz an und passen dann diagonal zu B bzw. D in die Felder.
- Die Passempfänger nehmen zur Seite aus den Felder heraus mit, passen zu den jeweils nächsten Spielern bei C und A weiter usw.
- Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

Variationen

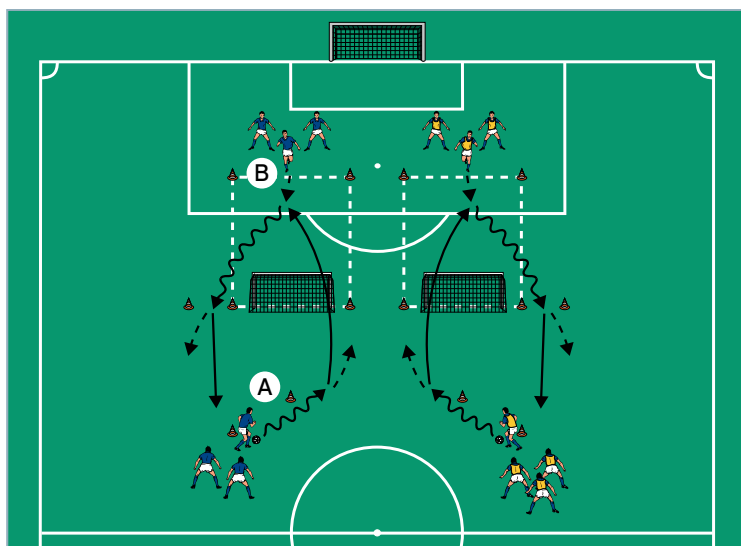
- Mit maximal 3 Kontakten spielen.
- Die Anspieler passen über die Tore hinweg ins eigene Feld (A zu D und C zu B). Anschließend spielen die Passempfänger diagonal zum entfernten Anspieler weiter (B zu A und D zu C).

Tipps und Korrekturen

- Auf präzise Pässe achten.
- Den Zuspielen nach Blickkontakt aktiv entgegenstarten.
- Sofort mit dem ersten Kontakt in die seitliche Bewegung an- und mitnehmen.

AUFWÄRMEN 2: Flugball-Staffel

von Guido Streichsbier (19.04.2016)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- 2 Teams bilden und an den Positionshütchen verteilen
- Die jeweils ersten Spieler bei A haben 1 Ball

Ablauf

- Auf ein Trainerkommando passen die ersten Spieler von A per Flugball über die Jugendtore hinweg zu den ersten Spielern von B.
- Die Passempfänger dribbeln zur Seite aus den Feldern und passen zurück zu den jeweils nächsten Spielern bei A usw.
- Die Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.
- Welches Team steht zuerst wieder in seiner Ausgangsstellung.

Variationen

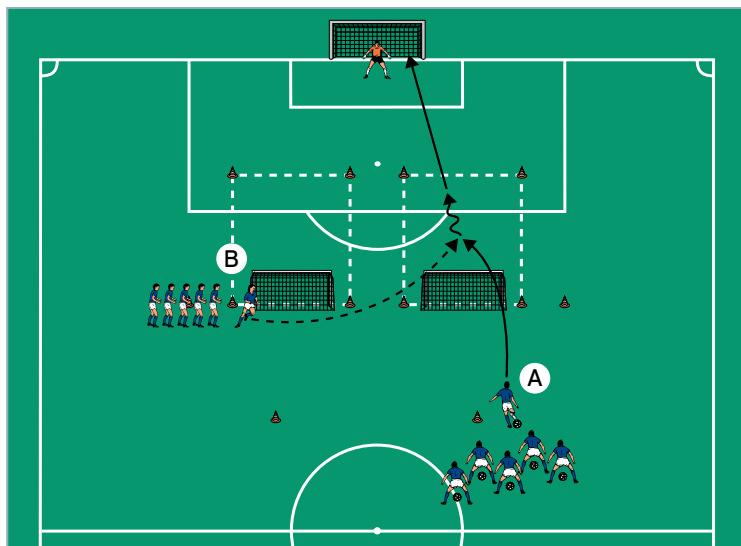
- Nur mit rechts/links passen bzw. an-/mitnehmen.
- Die Tore leicht verschieben und die Flugbälle diagonal in die Felder spielen.

Tipps und Korrekturen

- Der Staffelwettbewerb garantiert eine gewisse Temposteigerung.
- Dennoch muss die Technikausführung mit hoher Präzision erfolgen, um über die Tore hinweg zuspiesen zu können.
- Möglichst stets aus der Bewegung zuspiesen.

HAUPTTEIL 1: Flugball in die Spitze

von Guido Streichsbier (19.04.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter verwenden
- Zusätzlich 1 Großtor auf der Grundlinie aufstellen und mit Torhüter besetzen
- Die Spieler auf den vorgegebenen Positionen verteilen
- Die Spieler bei A haben Bälle

Ablauf

- Der erste Spieler von A spielt einen Flugball über das Jugendtor hinweg auf den von der Seite ins Feld startenden B.
- Dieser nimmt kurz an und mit und schließt aus dem Feld auf das Tor mit Torhüter ab.
- Anschließend tauschen die beiden Spieler die Positionen und Aufgaben.

Variationen

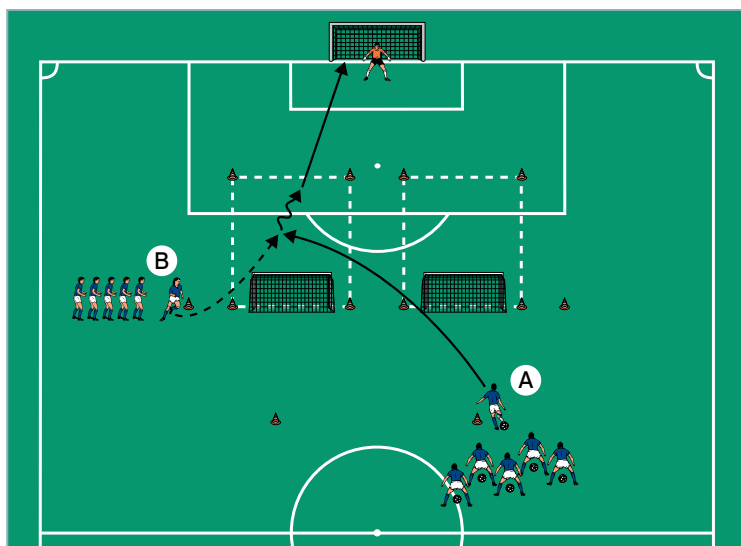
- Den Ablauf von der jeweils anderen Seite durchführen.
- 2 Teams bilden und im Wechsel von beiden Seiten spielen lassen. Welche Mannschaft erzielt insgesamt die meisten Treffer.

Tipps und Korrekturen

- Auf ein korrektes Timing zwischen A und B achten: Nur nach Blickkontakt zuspielen, und als Passempfänger explosiv in den Ball starten.
- Der Stürmer nimmt sofort in Richtung Tor an und mit.
- Zielstrebig abschließen!

HAUPTTEIL 2: Diagonaler Flugball mit Torabschluss

von Guido Streichsbier (19.04.2016)



Organisation

- Den Aufbau weiter verwenden

Ablauf

- Grundablauf wie zuvor.
- Jetzt spielen die Anspieler auf die ins diagonal gegenüberliegende Feld startenden Angreifer.
- Diese nehmen kurz an und mit und schließen auf das Tor mit Torhüter ab.
- Anschließend tauschen die beiden Spieler die Positionen und Aufgaben.

Variationen

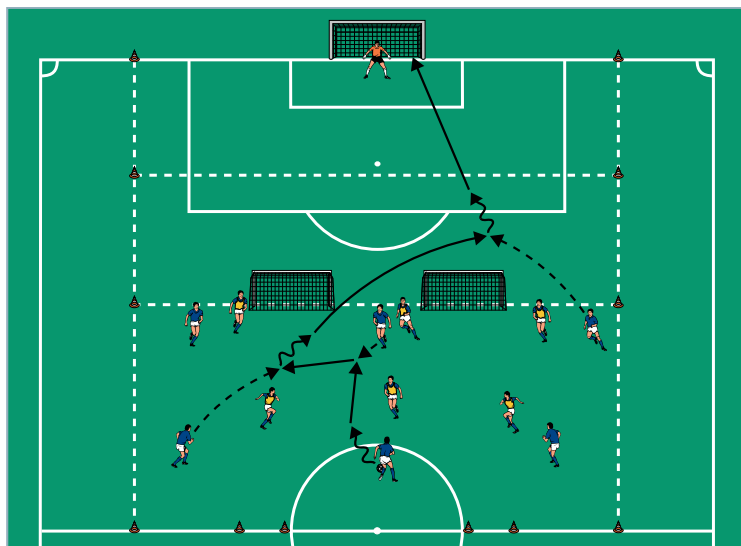
- Von der jeweils anderen Seite spielen.
- 2 Teams bilden und im Wechsel von beiden Seiten spielen lassen. Welche Mannschaft erzielt insgesamt die meisten Treffer.

Tipps und Korrekturen

- Die Zuspiele so in Richtung Tor an- und mitnehmen, dass ein möglichst schneller Torabschluss möglich ist.
- Zielstrebig abschließen!

SCHLUSSTEIL: Flugball-Spiel

von Guido Streichsbier (19.04.2016)



Organisation

- Das Großtor und die Jugendtore weiter verwenden
- Ein Spielfeld markieren und an der Strafraumgrenze eine Zielzone abstecken
- Auf der gegenüberliegenden Grundlinie 2 Hütchentore errichten
- 2 Teams einteilen
- Der Torhüter bleibt im Großtor und spielt mit den Verteidigern zusammen

Ablauf

- 6 gegen 6 auf das Tor mit Torhüter sowie die gegenüberliegenden Hütchentore.
- Gültige Treffer beim Großtor können nur nach einem Flugball in die Zielzone erzielt werden.
- Die Verteidiger dürfen diese Zone nicht betreten.
- Jeder Angriff wird von der Mittellinie aus gestartet.
- Nach einiger Zeit die Seiten wechseln.

Variationen

- Nachdem die Angreifer per Flugball in die Zielzone gepasst haben, dürfen die Verteidiger nachstarten und den Stürmer beim Torabschluss behindern.
- Die Position der Jugendtore variieren.
- Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Die Jugendtore entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

Tipps und Korrekturen

- Mit Abseits spielen!
- Als Ballbesitzer nach hinten absetzen, um Raum für den Flugball zu schaffen.
- Als Stürmer seitlich vor den Jugendtoren agieren und mit einem plötzlichen Tempowechsel in die Zielzone starten.
- Zielstrebig abschließen!