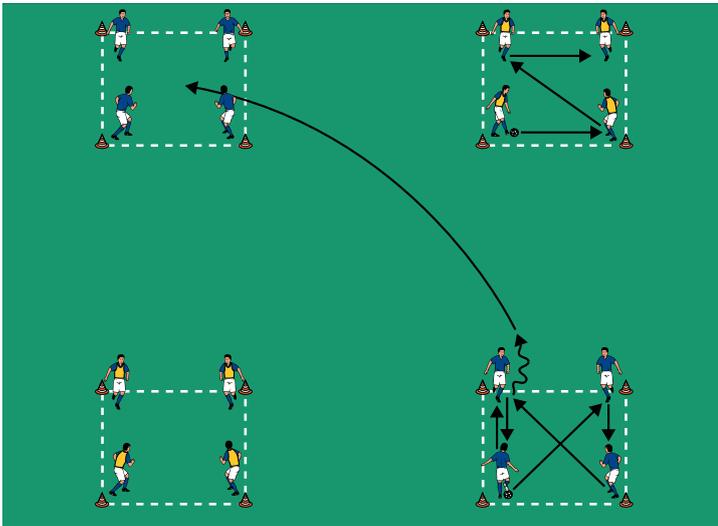


THEMA: 'CHIP-BÄLLE' TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 1:

FELDER-TREFFER

ORGANISATION

- ▶ 4 Felder markieren
- ▶ 2 Teams bilden
- ▶ Die Spieler der Mannschaften jeweils diagonal gegenüber in den Feldern verteilen
- ▶ Pro Team 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer passen sich jeweils 5-mal in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Der Empfänger des fünften Passes spielt einen gefühlvollen 'Chip-Ball' ins diagonal gegenüberliegende Feld.
- ▶ Gelingt dies, so erhält das Team 1 Punkt, die Spieler im Zielfeld passen sich in den eigenen Reihen zu usw.

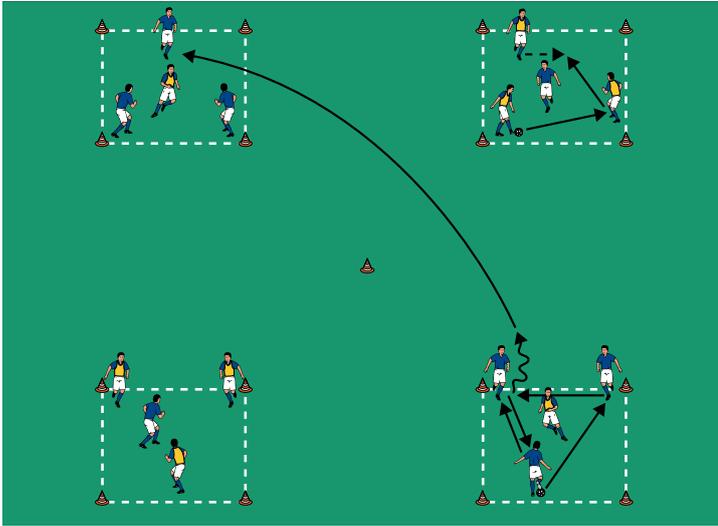
VARIATIONEN

- ▶ Die Anzahl der erforderlichen Pässe in den eigenen Reihen variieren.
- ▶ Die Spieler durchnummerieren und eine Passreihenfolge fest vorgeben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die diagonal postierten Gruppen üben abwechselnd.
- ▶ Beim 'Chip-Ball' sollen die Spieler versuchen, den Spann unter den Ball zu ziehen.
- ▶ Zu Beginn der Einheit sollten sich die Spieler mit bzw. ohne Ball leicht einlaufen, um für die 'Chip-Bälle' gut vorbereitet zu sein.

THEMA: 'CHIP-BÄLLE' TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 2:

3-GEGEN-1-AUFTAKT

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Zwischen den Feldern 1 Hütchen aufstellen
- ▶ Jede Gruppe benennt jeweils 1 Störspieler, die sich in den gegnerischen Feldern postieren

ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt müssen die Ballbesitzer jeweils 4 Pässe im 3 gegen 1 spielen, ehe sie ins diagonal gegenüberliegende Feld 'chippen' dürfen.
- ▶ Jeder Treffer ins andere Feld ergibt 1 Punkt für die Mannschaftswertung.
- ▶ Trifft der Spieler nicht bzw. schafft es die Mannschaft nicht, 4 Pässe in den eigenen Reihen zu spielen, so müssen alle Spieler der Gruppe mit erhöhtem Tempo um das zentrale Hütchen laufen.
- ▶ Anschließend passen sich die Spieler im jeweils anderen Feld im 3 gegen 1 zu usw.

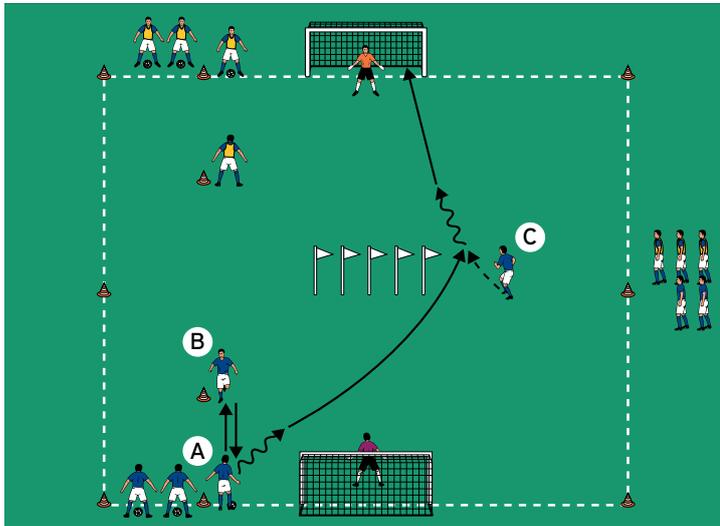
VARIATIONEN

- ▶ Die Anzahl der erforderlichen Pässe in den eigenen Reihen variieren.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen mit 2 Kontakten agieren (annehmen, spielen).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Durch die Zusatzläufe wird die Konzentration der Spieler gesteigert.
- ▶ Die Störspieler nach jeweils 3 Aktionen wechseln.

THEMA: 'CHIP-BÄLLE' TRAINIEREN



HAUPTTEIL 1:

CHIP-BALL I

ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 2 Toren mit Torhütern errichten
- ▶ In der Mitte des Feldes mit mehreren Stangen ein Hindernis errichten
- ▶ Positionshütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der das Zuspiel prallen lässt.
- ▶ A nimmt kurz in die Bewegung mit und spielt einen gechippten Pass auf C hinter die Stangen.
- ▶ C nimmt kurz an und mit und schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Im Anschluss an die Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.
- ▶ Danach starten die Spieler von der jeweils anderen Seite usw.

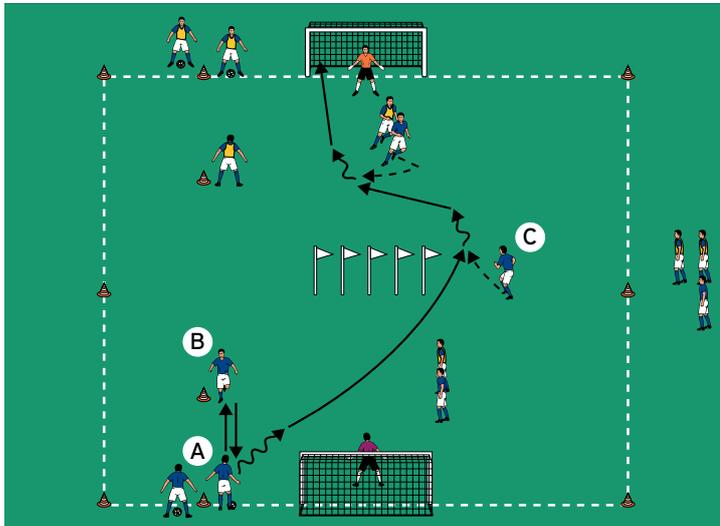
VARIATIONEN

- ▶ Einen Mannschaftswettbewerb durchführen: Welches Team erzielt die meisten Treffer?
- ▶ B setzt A nach dem Prallenlassen leicht unter Druck, so dass er nicht viel Zeit für den 'Chip-Ball' hat.
- ▶ Nach einer Weile von der jeweils anderen Seite starten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Gruppen üben abwechselnd kurz hintereinander.
- ▶ Mit 'Abseits' spielen: C darf nicht zu früh hinter die Stangen starten.
- ▶ Zielstrebig abschließen!!

THEMA: 'CHIP-BÄLLE' TRAINIEREN



HAUPTTEIL 2:

CHIP-BALL II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Vor jedem Tor zusätzlich 1 Angreifer und 1 Verteidiger aufstellen

ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Mit dem 'Chip-Ball' von A versucht C, im Zusammenspiel mit dem Angreifer im 2 gegen 1 zum Torabschluss zu kommen.
- ▶ Anschließend rücken alle Spieler innerhalb der Mannschaft eine Position weiter.
- ▶ Danach starten die Spieler von der jeweils anderen Seite usw.

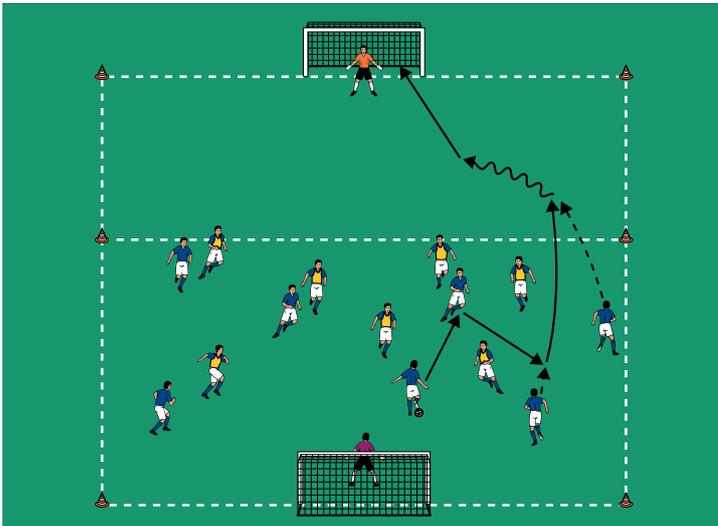
VARIATIONEN

- ▶ Beide Teams starten die Aktion gleichzeitig. Die Mannschaft, die zuerst einen Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt.
- ▶ Ohne Stangen-Hindernis spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Ablauf der Aktion bleibt zunächst unverändert.
- ▶ Jetzt folgt auf den 'Chip-Ball' eine kleine taktische Anschlusshandlung.
- ▶ Entsprechend muss die Ballkontrolle von C zielgerichtet erfolgen.
- ▶ Die Spieler vor den Toren regelmäßig wechseln.

THEMA: 'CHIP-BÄLLE' TRAINIEREN



SCHLUSSTEIL:

CHIP-ZONE

ORGANISATION

- ▶ Das Feld und die Mannschaften weiter verwenden
- ▶ Vor einem Tor 1 'Chip-Zone' markieren

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Blau kann gültige Treffer nur nach einem 'Chip-Ball' in die Endzone erzielen.
- ▶ Bei Ballgewinn von Gelb kontern diese auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Gültige Treffer von Gelb können jedoch nur erzielt werden, wenn alle Spieler der eigenen Mannschaft die 'Chip-Zone' verlassen haben.
- ▶ Spieldauer: jeweils 5 Minuten.
- ▶ Anschließend die Seiten und Aufgaben wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Tore, die nach einem 'Chip-Ball' in die Endzone erzielt werden, zählen doppelt.
- ▶ Die Größe der 'Chip-Zone' variieren.
- ▶ Die Zone entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Durch die 'Chip-Zone' wird der Schwerpunkt der Trainingseinheit auch im Abschlusspiel berücksichtigt.
- ▶ Wichtig ist, dass die Zone von allen Spielern freigelassen wird.
- ▶ Ansonsten läuft das Spiel frei ab.
- ▶ Mit Abseits spielen!