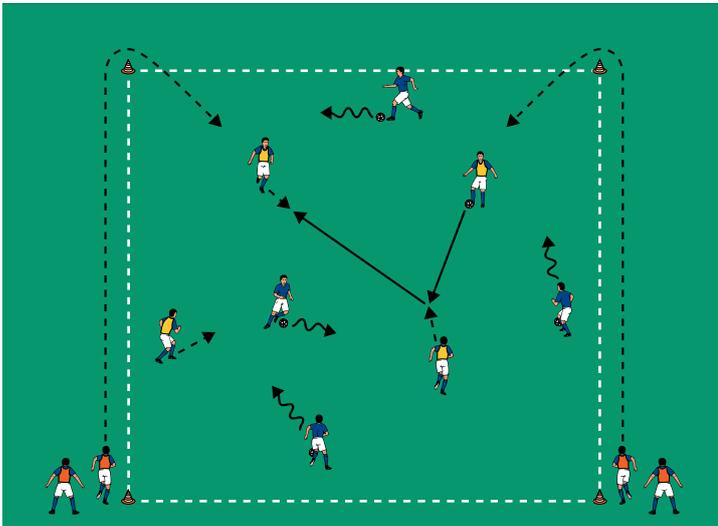


## THEMA: KLEINE TORSCHUSSPIELE



### AUFWÄRMEN 1:

## 3-TEAM-ERWÄRMUNG

### ORGANISATION

- ▶ Mit Hütchen ein Quadrat errichten
- ▶ 3 Teams bilden

### ABLAUF

- ▶ Die Teams absolvieren verschiedene Aufgaben im Feld:
- ▶ Blau: Die Spieler dribbeln durch das Feld und führen viele verschiedene Finten aus.
- ▶ Rot: Die Spieler laufen ohne Ball von Hütchen zu Hütchen und bauen möglichst verschiedene Elemente des Lauf-ABC in die Aktion an. Sobald sie das Hütchen erreicht haben kreuzen sie diagonal durch das Feld
- ▶ Gelb: Die Spieler passen sich einen Ball mit 3 Kontakten pro Ballaktion in der Gruppe zu.

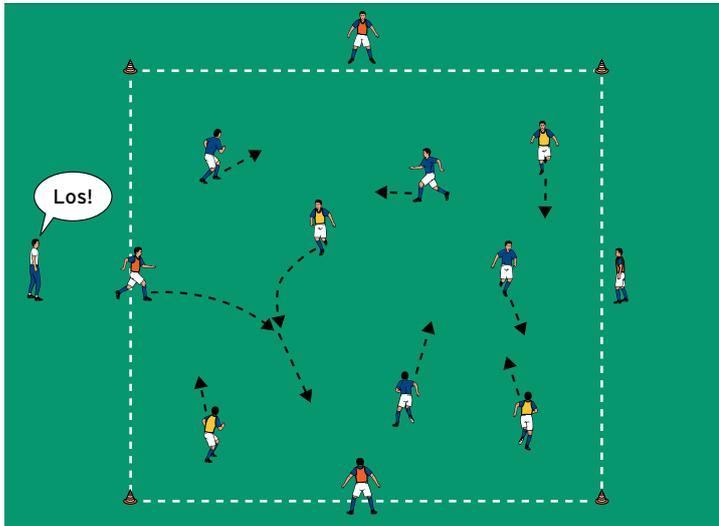
### VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer gibt die Laufarten und die Finten vor.
- ▶ Der Trainer erhöht/verringert die Anzahl der Pässe.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Aufgabenwechsel nach 2 Minuten.
- ▶ Die Spieler müssen Zusammenstöße mit den anderen Teams vermeiden.

## THEMA: KLEINE TORSCHUSSPIELE



### AUFWÄRMEN 2:

#### FANG-STAFFEL

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Organisation beibehalten

##### ABLAUF

- ▶ Das Fänger-Team stellt sich an den Seitenlinien auf.
- ▶ Der erste Spieler startet ins Feld, um einen Läufer abzuschlagen.
- ▶ Anschließend schlägt er einen Mitspieler an den Seitenlinien ab, der nun einen Spieler in einer anderen Farbe abschlagen muss.
- ▶ Welche Mannschaft schafft es, alle Spieler am schnellsten zu fangen?

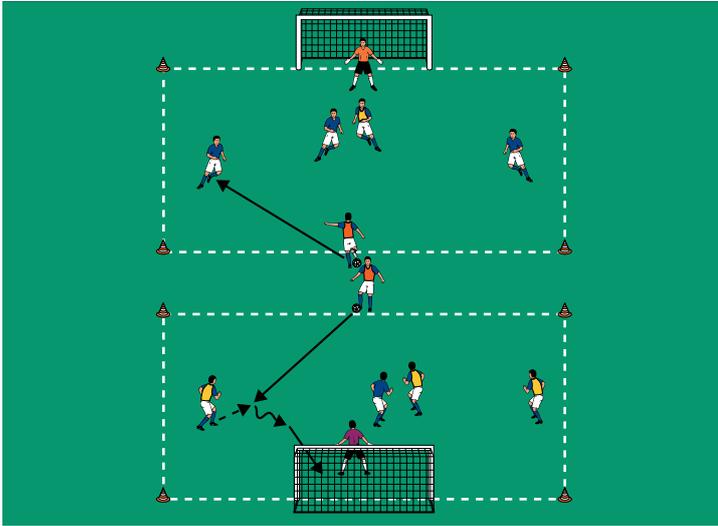
##### VARIATIONEN

- ▶ Die Läufer dribbeln und der Fänger muss den Ball aus dem Feld spielen.
- ▶ Die Fänger haben einen Ball in der Hand, mit dem sie die Läufer abschlagen müssen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer die Zeit stoppen.
- ▶ Die Übung fördert die Laufgeschicklichkeit.

## THEMA: KLEINE TORSCHUSSPIELE



### HAUPTTEIL 1:

## TORSCHUSS IM 3 GEGEN 1

### ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit jeweils einem Tor errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ Pro Mannschaft 3 Angreifer, einen Anspieler und einen Verteidiger benennen

### ABLAUF

- ▶ Jede Aktion wird vom Anspieler gestartet.
- ▶ Die Angreifer müssen möglichst viele Tore im 3 gegen 1 erzielen.
- ▶ Die Spielzeit pro Durchgang beträgt jeweils 90 Sekunden.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt mehr Tore?

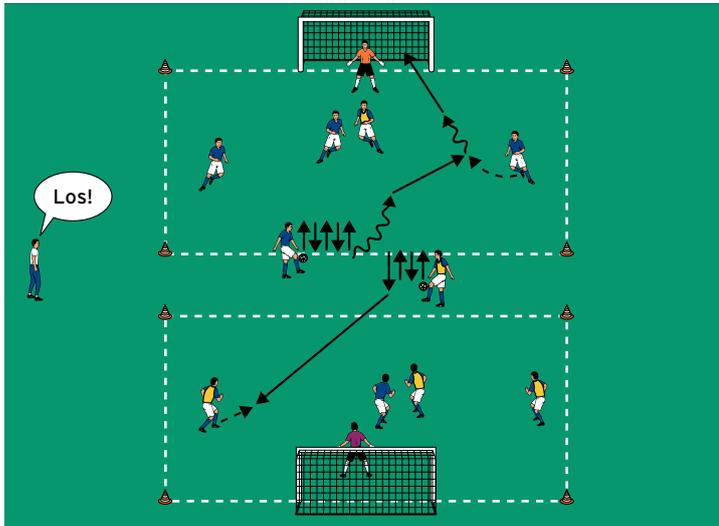
### VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer müssen mit mindestens 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die Angreifer müssen 3 Pässe spielen, bevor sie auf das Tor schießen dürfen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Hinter der Grundlinie müssen vor Beginn der Aktion ausreichend Bälle bereitgelegt werden.
- ▶ Die Anspieler und die Verteidiger werden nach jeder Aktion ausgetauscht.

## THEMA: KLEINE TORSCHUSSSPIELE



### HAUPTTEIL 2:

#### JONGLIER-AUFTAKT

##### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Organisation beibehalten

##### ABLAUF

- ▶ Die Anspieler jonglieren zehnmal.
- ▶ Der Spieler, der dies zuerst schafft, kann zum 4 gegen 1 ins Feld dribbeln.
- ▶ Der unterlegene Spieler passt ins Feld und bleibt außerhalb.
- ▶ Die Mannschaft, die zuerst einen Treffer erzielt, erhält einen Punkt.

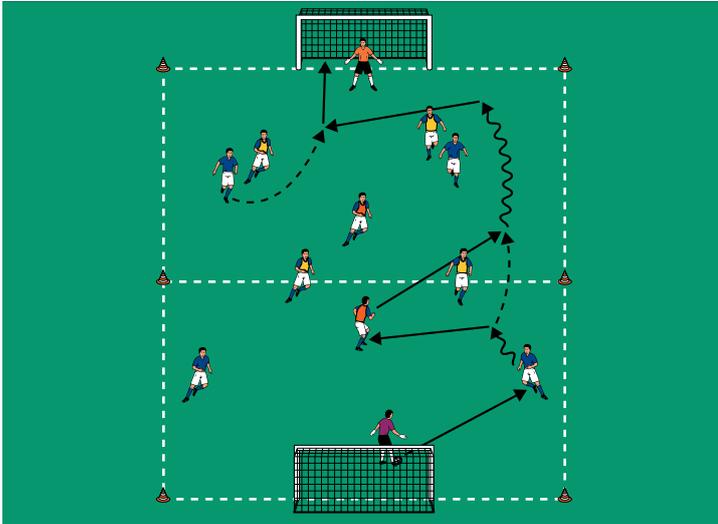
##### VARIATIONEN

- ▶ Im Feld postieren sich 2 Angreifer und 2 Verteidiger.
- ▶ Die erforderlichen Jonglierkontakte werden variiert.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Anspieler werden nach jeder Aktion ausgetauscht.
- ▶ Die Verteidiger werden nach einem kompletten Durchgang gewechselt.

## THEMA: KLEINE TORSCHUSSPIELE



### SCHLUSSTEIL:

## ÜBERZAHLSPIEL

### ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 2 Toren errichten
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ 2 neutrale Spieler benennen

### ABLAUF

- ▶ Die Mannschaften treten im 4 gegen 4 gegeneinander an.
- ▶ Die neutralen Spieler spielen immer mit den Ballbesitzern.
- ▶ Ansonsten wird frei gespielt.

### VARIATIONEN

- ▶ Die neutralen Spieler müssen direkt spielen.
- ▶ Tore, die direkt nach einem Zuspiel eines Anspielers erzielt werden, zählen doppelt.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die neutralen Spieler nach 5 Minuten austauschen.
- ▶ Die neutralen Spieler sollten sich zentral positionieren, damit sie bei einem Wechsel des Ballbesitzes schnell von der anderen Mannschaft in den Angriff einbezogen werden können.