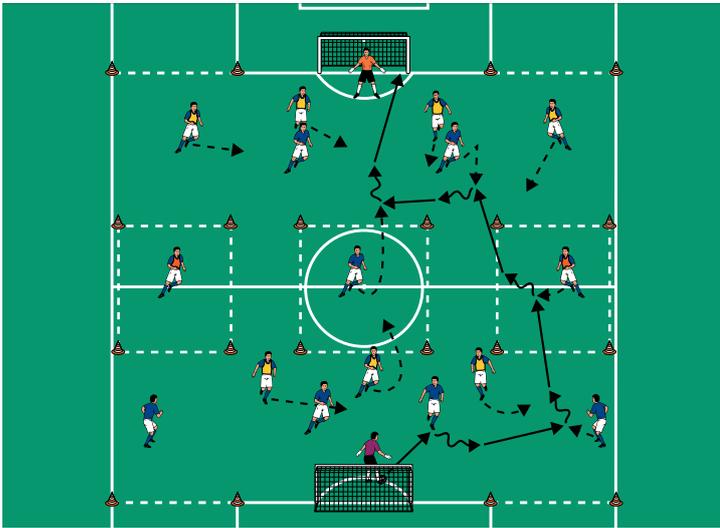


THEMA: TRAINING DES ZUSAMMENSPIELS



HAUPTTEIL 1:

SPIELAUFBAU I

ORGANISATION

- ▶ Zwischen den Strafräumen ein Spielfeld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ Auf Höhe der Mittellinie 3 Zielzonen errichten
- ▶ 2 neutrale Spieler bestimmen und den äußeren Zielzonen zuweisen
- ▶ 2 Mannschaften bilden
- ▶ 1 Spieler von Gelb in der mittleren Zielzone postieren
- ▶ Gelb spielt im 4-1-2-System, Blau im 4-3

ABLAUF

- ▶ Gelb ist in der eigenen Hälfte in Ballbesitz (4 gegen 3).
- ▶ Nach Anspiel eines beliebigen Spielers in den Zielzonen leiten diese auf die Angreifer von Gelb in der gegnerischen Hälfte weiter.
- ▶ Der zentrale Spieler von Gelb rückt zum 3 gegen 4 auf das gegnerische Tor nach.
- ▶ Gleichzeitig übernimmt ein Stürmer von Blau die freie Position in der mittleren Zielzone.
- ▶ Aufgabenwechsel bei Ballverlust.
- ▶ Jedes Tor zählt für die Mannschaftswertung. Welches Team hat zuerst 5 Treffer erzielt?

VARIATIONEN

- ▶ Eine Zeitbegrenzung für den Spielaufbau vorgeben. Die Ballbesitzer haben 10 (7) Sekunden Zeit, einen Spieler in den Zielzonen anzuspielen.
- ▶ Die Spieler in den Zielzonen lassen zurückprallen und die Verteidiger spielen die Stürmer an.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die neutralen Spieler nach einigen Durchgängen tauschen.
- ▶ Die Positionen innerhalb der Mannschaften wechseln.
- ▶ Die Torhüter in den Spielaufbau integrieren.
- ▶ Anspielstationen in Breite und Tiefe schaffen.
- ▶ Einen zielstrebigem Torabschluss fordern.
- ▶ Mit Abseits spielen.