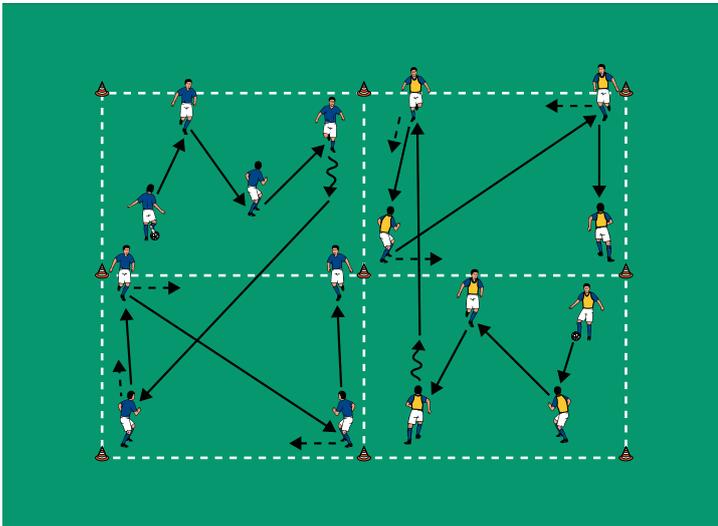


THEMA: HOHE ANSPIELE IN DIE SPITZE



AUFWÄRMEN 1:

SICHERER SPIELAUFBAU AUS DER ABWEHR

ORGANISATION

- ▶ 4 aneinandergrenzende Felder errichten
- ▶ 4 Gruppen bilden und jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Dabei in 2 Feldern die Ecken des Feldes besetzen sowie in den beiden anderen die Spieler mit 1 Ball frei im Feld aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer starten jeweils die Aktion und passen sich in den eigenen Reihen zu.
- ▶ Dabei muss jeder Spieler der Gruppe einmal am Ball gewesen sein.
- ▶ Der Empfänger des letzten Zuspiels nimmt kurz an und mit und spielt zum Startspieler am Eckhütchen im gegenüberliegenden Feld weiter.
- ▶ Hier spielen sich die Spieler ebenfalls in freier Abfolge zu.
- ▶ Der Empfänger des letzten Zuspiels passt erneut ins jeweils andere Feld usw.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken die Spieler an den Eckhütchen im Uhrzeigersinn jeweils eine Position weiter.

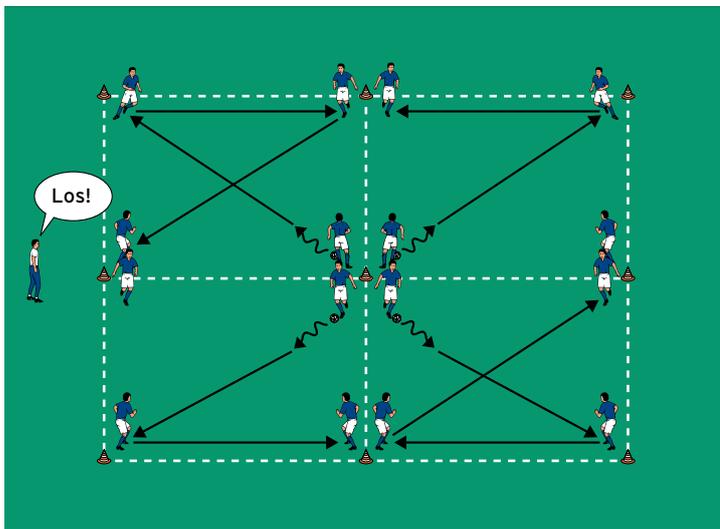
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler im Feld müssen jeweils eine Finte ausführen, ehe sie zum jeweils nächsten Spieler bzw. ins andere Feld passen dürfen.
- ▶ Die Passreihenfolge in den Feldern fest vorgeben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei den Zuspielen darauf achten, dass der Ball niemals zur Ruhe kommt.
- ▶ Das Tempo in den Aktionen zunehmend steigern.

THEMA: HOHE ANSPIELE IN DIE SPITZE



AUFWÄRMEN 2:

4-FELDER-SPIEL II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Gruppen beibehalten
- ▶ Die Spieler an den Ecken der Felder postieren

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die Spieler vom zentralen Hütchen ins Feld und passen zu einem Mitspieler.
- ▶ Danach spielen die Passempfänger zu einem weiteren Spieler weiter der jeweils zum letzten Spieler der Gruppe passt.
- ▶ Dieser passt zurück zum jeweiligen Startspieler, der um das zentrale Hütchen dribbelt und den Ball 10-mal jongliert.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welche Gruppe absolviert die Aufgabe zuerst (= 1 Punkt für die Mannschaftswertung)?

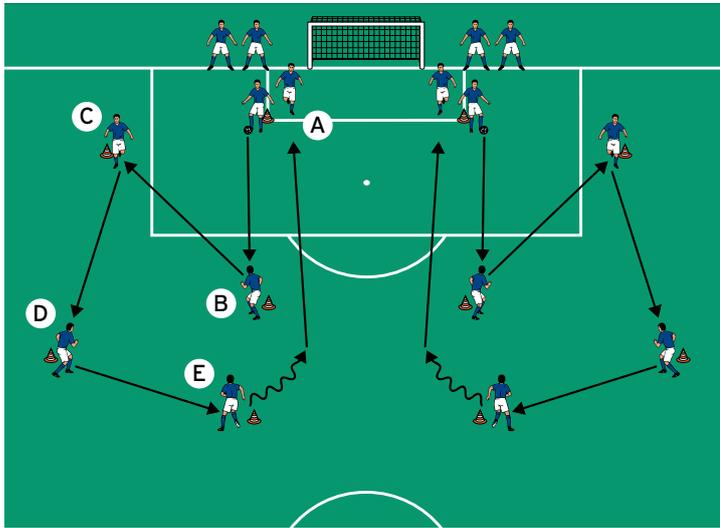
VARIATIONEN

- ▶ Die Passreihenfolge fest vorgeben.
- ▶ Die Spieler dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die Spieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Spieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Die Zielspieler müssen abwechselnd mit rechts/links jonglieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das zentrale Hütchen gegebenenfalls mit einer anderen Hütchenfarbe kenntlich machen.
- ▶ Nach jeder Aktion besetzt ein anderer Spieler das zentrale Hütchen.
- ▶ Die Spieler am zentralen Hütchen müssen zunächst ins Feld dribbeln, ehe sie zu einem Mitspieler passen dürfen.

THEMA: HOHE ANSPIELE IN DIE SPITZE



HAUPTTEIL 1:

AUFBAU-RUNDLAUF

ORGANISATION

- ▶ Nebeneinander 2 Passparcours errichten
- ▶ Die Spieler an den Hütchen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der auf C prallen lässt.
- ▶ Anschließend passt C auf D weiter, der abschließend zu E spielt.
- ▶ E kontrolliert zum Abschluss das Zuspiel und spielt einen Flugball zurück zum jeweils nächsten Spieler bei A usw.
- ▶ Nach jedem Abspiel rücken alle Spieler eine Position weiter.

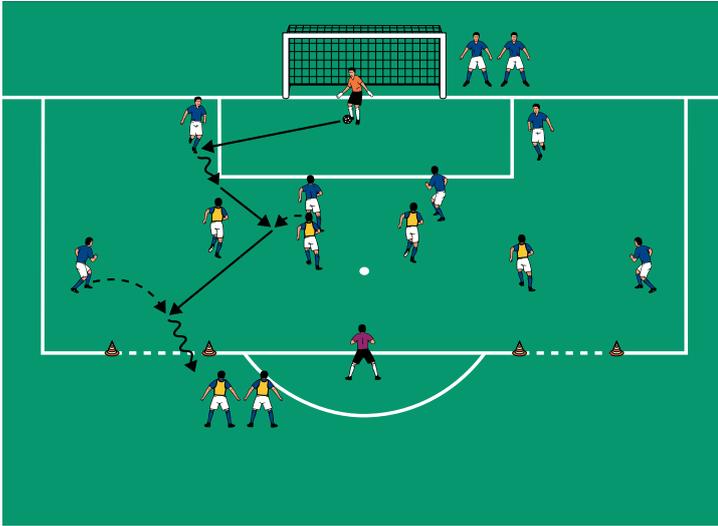
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler können die Passfolge frei wählen. Dabei muss jedoch jeder Spieler der Gruppe einmal angespielt werden. Außerdem muss das letzte Zuspiel zu E erfolgen.
- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Passfolge simuliert einen möglichen Spiel-aufbau.
- ▶ Als Trainer bei Positionsspielen stets darauf achten, dass die Aktionen mit dem nötigen Tempo und der entsprechenden Präzision durchgespielt werden.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Seiten tauschen.

THEMA: HOHE ANSPIELE IN DIE SPITZE



HAUPTTEIL 2:

SICHERER SPIELAUFBAU

ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit 1 Tor und 2 Hütchenlinien errichten
- ▶ 8 Aufbauspieler sowie 4 Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Aufbauspieler stellen 1 Torhüter und 1 Zielspieler zwischen den beiden Hütchenlinien
- ▶ Alle übrigen Spieler pausieren außerhalb

ABLAUF

- ▶ Der Torhüter der Aufbaumannschaft eröffnet jede Aktion, indem er zu einem Mitspieler passt.
- ▶ Die Aufbauspieler versuchen, im 6 gegen 4 zum Zielspieler zwischen den Hütchenlinien zu passen oder über eine der Hütchenlinien zu dribbeln.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das Tor mit Torhüter.

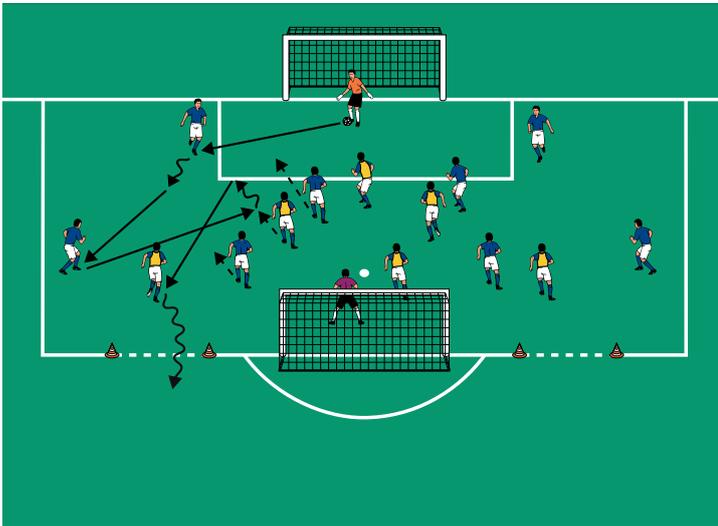
VARIATIONEN

- ▶ Der Spielaufbau muss innerhalb von 20 Sekunden erfolgen.
- ▶ Im 5 gegen 5 spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Aufbauspieler sollen jetzt die Positionen und Passmuster des ersten Hauptteils im freien Spiel unter Gegnerdruck anwenden.
- ▶ Die pausierenden Spieler nach jeweils 3 Aktionen wechseln.

THEMA: HOHE ANSPIELE IN DIE SPITZE



SCHLUSSTEIL:

SPIELAUFBAU IM 8 GEGEN 6

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Zusätzlich 1 weiteres Großtor zwischen den Hütchenlinien aufstellen
- ▶ Die Tore mit Torhütern besetzen
- ▶ 8 Aufbauspieler und 6 Verteidiger bestimmen

ABLAUF

- ▶ Der Torhüter der Aufbauspieler eröffnet jede Aktion mit einem Zuspiel auf einen Mitspieler.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, im 8 gegen 6 auf das gegenüberliegende Tor mit Torhüter zu treffen.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das jeweils andere Großtor oder versuchen, über eine der Hütchenlinien auf der eigenen Grundlinie zu dribbeln.

VARIATIONEN

- ▶ Kontertores der Verteidiger auf das Großtor zählen doppelt.
- ▶ Im 7 gegen 7 spielen.
- ▶ Die Hütchenlinien entfernen und zum Schluss freispielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Überzahlmannschaft soll das Spiel sicher von hinten heraus aufbauen.
- ▶ Nach einem möglichen Ballverlust müssen die Spieler allerdings blitzschnell umschalten, da die gegnerische Mannschaft 3 Kontermöglichkeiten besitzt.
- ▶ Nach jeweils 10 Minuten eine neue Aufbaumannschaft bilden.