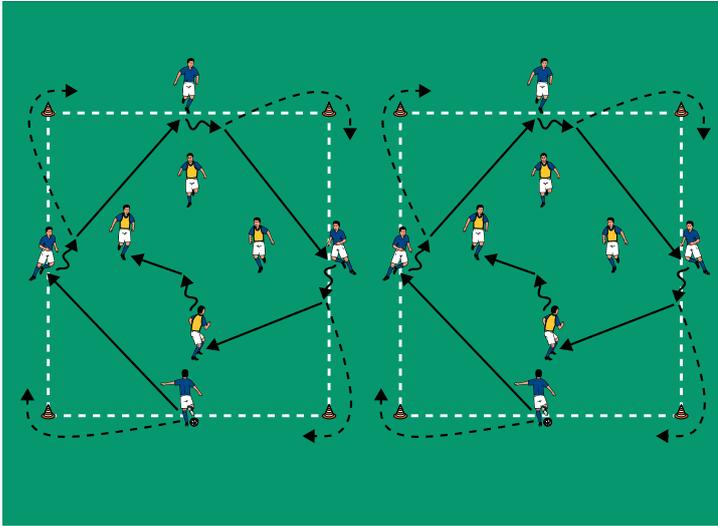


THEMA: IN TORNÄHE UNTER GEGNERDRUCK AN- UND MITNEHMEN



AUFWÄRMEN 1:

AUSSEN-INNEN-KOMBINATION

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder markieren
- ▶ 2 Gruppen bilden
- ▶ Je 1 Spieler an jeder Seitenlinie postieren
- ▶ Alle übrigen Spieler in den Feldern verteilen
- ▶ Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Außenspieler passen sich im Uhrzeigersinn mit mindestens 2 Kontakten zu.
- ▶ Der letzte Passempfänger spielt zu einem Spieler im Feld weiter.
- ▶ Jetzt passen sich alle inneren Spieler jeweils einmal zu.
- ▶ Der letzte Passempfänger spielt wieder nach außen usw.
- ▶ Die äußeren Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

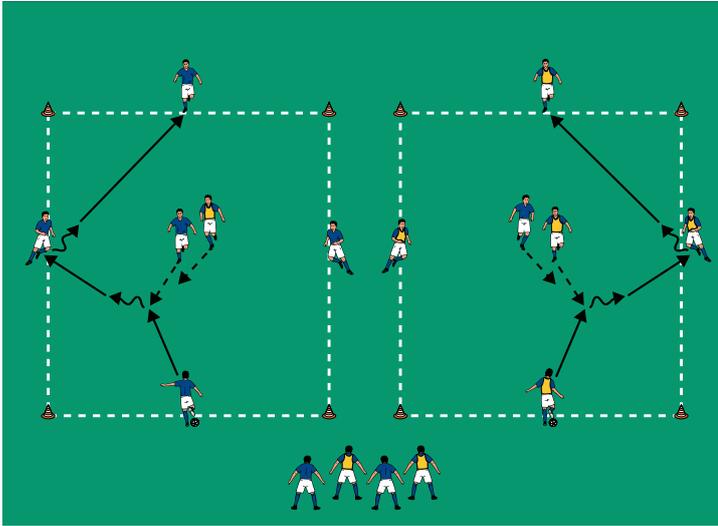
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler durchnummerieren und in einer vorgegebenen Reihenfolge zuspelen.
- ▶ Die äußeren Spieler passen sich halbhoch zu.
- ▶ Die Spielrichtung wechseln und im Gegenuhrzeigersinn zupassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Zuspiele stets in die Bewegung mitnehmen.
- ▶ Die inneren Spieler bewegen sich frei im Feld.
- ▶ Die Positionen und Aufgaben regelmäßig wechseln.

THEMA: IN TORNÄHE UNTER GEGNERDRUCK AN- UND MITNEHMEN



AUFWÄRMEN 2:

VIERECKS-SPIEL IM 5 GEGEN 1

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Gruppen beibehalten
- ▶ Pro Mannschaft 2 Verteidiger benennen
- ▶ Je 1 Verteidiger und 1 Angreifer im Feld postieren
- ▶ Alle übrigen Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen
- ▶ Pro Feld 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando passen sich die Ballbesitzer mit mindestens 2 Kontakten zu.
- ▶ Gelingt ein Zuspiel auf den Angreifer im Feld, so erhält die Mannschaft 1 Punkt.
- ▶ Welche Mannschaft gewinnt in 1 Minute die meisten Punkte?

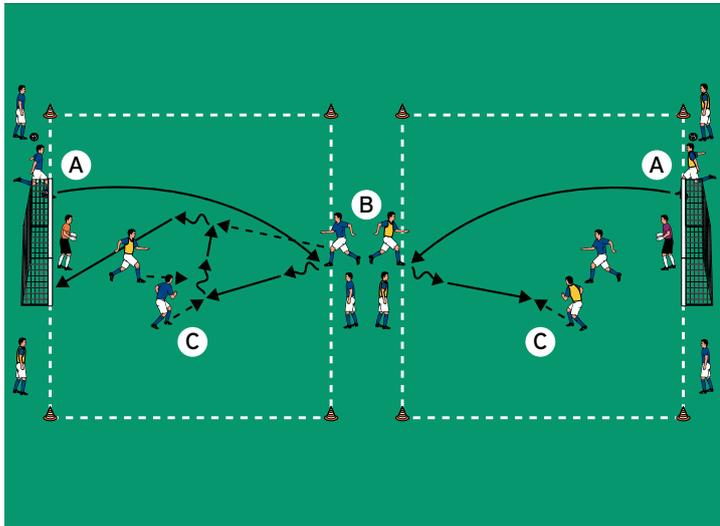
VARIATIONEN

- ▶ Der Angreifer im Feld darf nicht zum Passgeber zurückspielen.
- ▶ Die äußeren Spieler können auch im Direktspiel agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen bewusst mit mehreren Kontakten spielen, um den Schwerpunkt der An- und Mitnahme herauszustellen.
- ▶ Die Verteidiger regelmäßig wechseln.

THEMA: IN TORNÄHE UNTER GEGNERDRUCK AN- UND MITNEHMEN



HAUPTTEIL 1:

2-GEGEN-1-DUELL

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit je 1 Tor markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter und 2 Verteidiger
- ▶ Je 1 Verteidiger und 1 Angreifer im Feld sowie 1 Angreifer an der gegenüberliegenden Grundlinie aufstellen
- ▶ Alle übrigen Spieler pausieren außerhalb

ABLAUF

- ▶ A spielt eine Flugball zu B.
- ▶ B kontrolliert das Zuspiel, passt zu C und rückt ins Feld nach.
- ▶ 2 gegen 1 bis zum Torabschluss.
- ▶ Alle Spieler rücken nach jeder Aktion eine Position weiter.

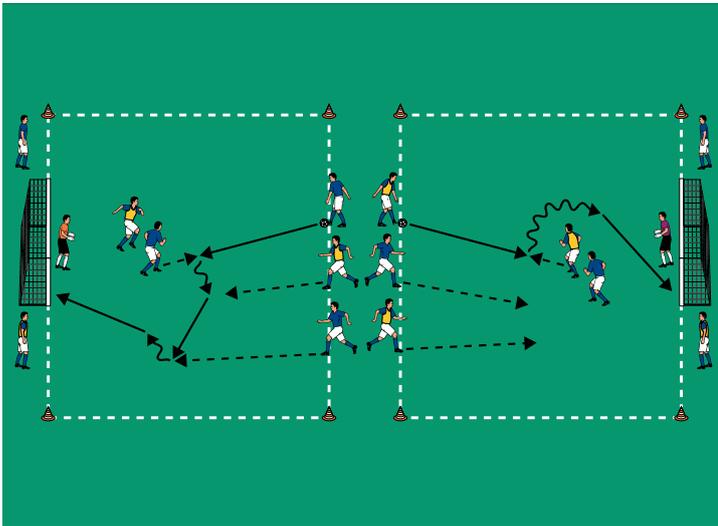
VARIATIONEN

- ▶ A dribbelt ins Feld und spielt einen flachen Pass zu B.
- ▶ Einen Wettbewerb organisieren: Die Mannschaft, die zuerst trifft, erhält 1 Zusatzpunkt. Welches Team gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Schwerpunkt ist die An- und Mitnahme unter Gegnerdruck.
- ▶ Entsprechend sollen die Passempfänger die Zuspiele nicht direkt prallen lassen.
- ▶ Die Verteidiger regelmäßig wechseln.

THEMA: IN TORNÄHE UNTER GEGNERDRUCK AN- UND MITNEHMEN



HAUPTTEIL 2:

3-GEGEN-2-DUELL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Pro Team 3 Verteidiger bestimmen
- ▶ Je 1 Angreifer und 1 Verteidiger in den Feldern sowie jeweils neben den Toren verteilen
- ▶ Je 1 Verteidiger und 2 Angreifer mit 1 Ball an der gegenüberliegenden Grundlinie postieren

ABLAUF

- ▶ Die Startspieler passen zum Angreifer im Feld.
- ▶ Anschließend rücken alle Spieler von der Grundlinie gegenüber vom Tor zum 3 gegen 2 nach.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so versuchen sie, über die gegenüberliegende Grundlinie zu dribbeln.

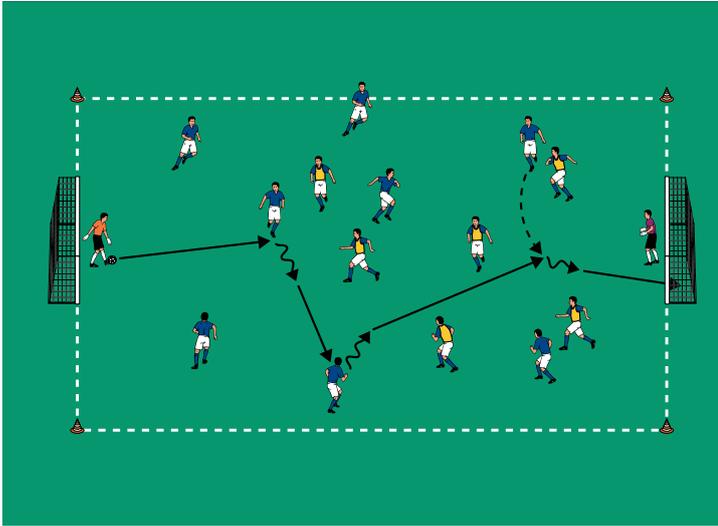
VARIATIONEN

- ▶ Gelingt es einem Angreifer im Feld, selbst zum Tor aufzudrehen und ohne weiteren Pass einen Treffer zu erzielen, so zählt dieser Treffer doppelt.
- ▶ Einen Wettbewerb organisieren: Die Mannschaft, die zuerst 1 Treffer erzielt, erhält 1 Zusatzpunkt. Welches Team gewinnt insgesamt die meisten Punkte?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Passempfänger dürfen frei entscheiden, ob sie ablegen oder selbst zum Tor aufdrehen wollen.
- ▶ Die Angriffe zügig ausspielen und zielstrebig abschließen.
- ▶ Die Positionen nach jedem Durchgang durchwechseln.
- ▶ Die Verteidiger regelmäßig wechseln.

THEMA: IN TORNÄHE UNTER GEGNERDRUCK AN- UND MITNEHMEN



SCHLUSSTEIL:

2-KONTAKTE-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Ein Spielfeld mit 2 Toren mit Torhütern errichten
- ▶ 8 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen

ABLAUF

- ▶ Jede Aktion wird vom Torhüter der Überzahl-Mannschaft aus gestartet.
- ▶ Das Überzahl-Team muss mit genau 2 Kontakten agieren (annehmen, passen).
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.

VARIATIONEN

- ▶ Die Pflichtkontakte gelten nur in der eigenen Hälfte.
- ▶ Die Pflichtkontakte gelten nur in der gegnerischen Hälfte.
- ▶ 2 Teams zu je 7 Spielern bilden und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nach jeweils 5 Minuten eine neue Überzahl-Mannschaft bilden.
- ▶ Durch die Zusatzregel müssen die Angreifer die Zuspiele sicher und schnell verarbeiten.
- ▶ Zielstrebig abschließen!