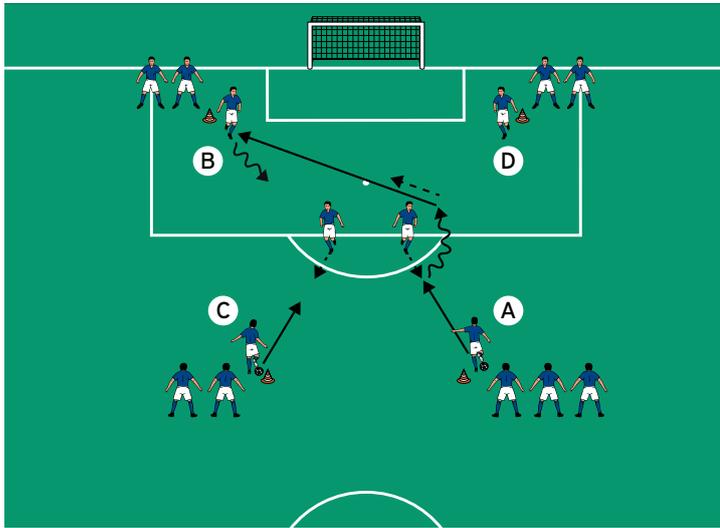


## THEMA: GRUPPENTAKTISCHE ABLÄUFE IN STATIONEN TRAINIEREN



### AUFWÄRMEN 1:

#### PASSEN UND AUFDREHEN

##### ORGANISATION

- ▶ Ein Viereck gemäß Abbildung errichten
- ▶ 3 Spieler im Halbkreis positionieren
- ▶ Die übrigen Spieler den Eckhütchen zuteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A und C haben je 1 Ball

##### ABLAUF

- ▶ A und C starten gleichzeitig und passen jeweils zu einem freien Spieler an der Strafraumgrenze.
- ▶ Die Passempfänger kontrollieren die Zuspiele und passen anschließend zu B bzw. D weiter.
- ▶ Anschließend bieten sie sich bei B und D zum jeweils nächsten Zuspiel an, spielen zu C bzw. A weiter usw.

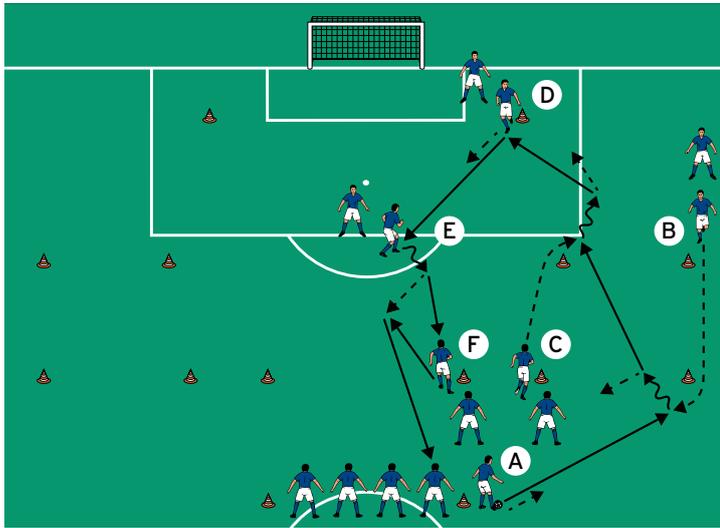
##### VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler im Halbkreis dribbeln zunächst aus dem Feld, ehe sie zum jeweils nächsten Spieler passen.
- ▶ An den Seitenlinien weitere Spieler als Anspielstationen postieren.
- ▶ Die Passgeber von den Eckhütchen laufen ihren Abspielen nach und tauschen sofort mit den Passempfängern die Aufgaben.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ein präzises und sauberes Passspiel fordern.
- ▶ Den Zuspielen stets aktiv entgegenstarten.
- ▶ Die Spieler zur aktiven Kommunikation auffordern.
- ▶ Die Spieler im Halbkreis regelmäßig wechseln.

## THEMA: GRUPPENTAKTISCHE ABLÄUFE IN STATIONEN TRAINIEREN



### AUFWÄRMEN 2:

## PASSPARCOURS MIT ENTGEGENKOMMEN

### ORGANISATION

- ▶ Einen Parcours gemäß Abbildung errichten
- ▶ Die Spieler den Positionen zuordnen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

### ABLAUF

- ▶ A passt zum entgegenkommenden B.
- ▶ B nimmt das Zuspiel an und mit und passt in den Lauf von C, der zuvor in die Tiefe startet.
- ▶ C nimmt an und mit und spielt auf D, der auf E weiterleitet.
- ▶ E spielt einen Doppelpass mit F, der abschließend zum jeweils nächsten Spieler bei A weiterspielt.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.

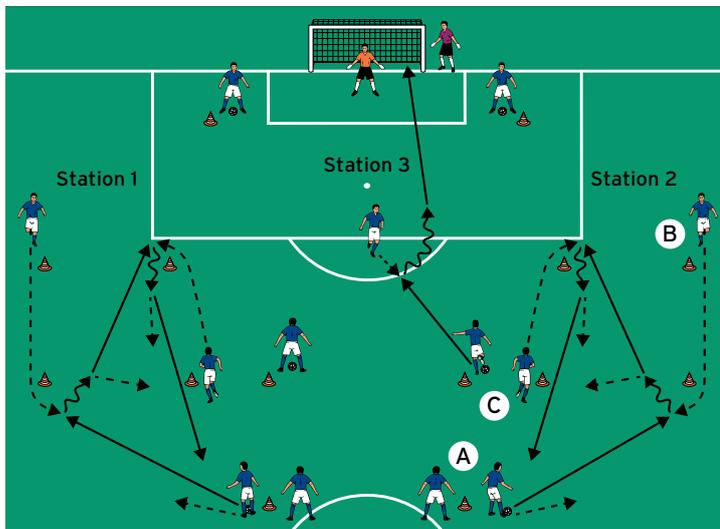
### VARIATIONEN

- ▶ Über die jeweils andere Seite spielen.
- ▶ Die Spieler sollen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen: Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein korrektes Timing beim Entgegenstarten achten.
- ▶ Stets eine offene Körperstellung zur Spielrichtung einnehmen.
- ▶ Druckvolle und präzise Pässe einfordern.

## THEMA: GRUPPENTAKTISCHE ABLÄUFE IN STATIONEN TRAINIEREN



### HAUPTTEIL 1:

## STÜRMER UND AUSSENSPIELER I

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Zusätzlich auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ 3 Stationen gemäß Abbildung aufteilen
- ▶ 3 Gruppen bilden und jeweils den Stationen zuweisen
- ▶ Die Torhüter besetzen das Tor

### ABLAUF STATION 1 UND 2

- ▶ A passt zum entgegenkommenden B, der auf den in die Tiefe laufenden C spielt.
- ▶ C passt anschließend zum jeweils nächsten Spieler bei A.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.

### ABLAUF STATION 3

- ▶ Die Spieler an den Eckhütchen passen nacheinander zum Angreifer an der Strafraumgrenze, der schnellstmöglich aufdreht und auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Den Stürmer nach jeweils 4 Schüssen wechseln.

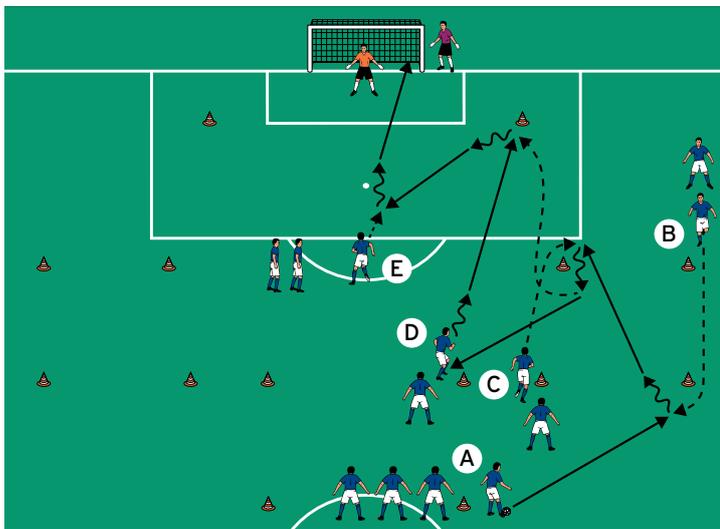
### VARIATIONEN

- ▶ Station 3: Die Zuspiele von den beiden Spielern auf der Seite des Tores müssen per Direktschuss verwertet werden.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Wer erzielt die meisten Treffer?

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Auf Blickkontakt vor den Zuspielen achten.
- ▶ Das Passtempo kontinuierlich steigern.

## THEMA: GRUPPENTAKTISCHE ABLÄUFE IN STATIONEN TRAINIEREN



### HAUPTTEIL 2:

## STÜRMER UND AUSSENSPIELER II

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Stationen zusammenführen
- ▶ Die Spieler den Positionen zuordnen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

### ABLAUF

- ▶ A passt zum entgegenkommenden B, der auf den in die Tiefe laufenden C spielt.
- ▶ C lässt auf D prallen und startet in den Strafraum.
- ▶ D spielt in den Lauf von C, der anschließend zu E passt.
- ▶ E schließt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken alle Spieler eine Position weiter.

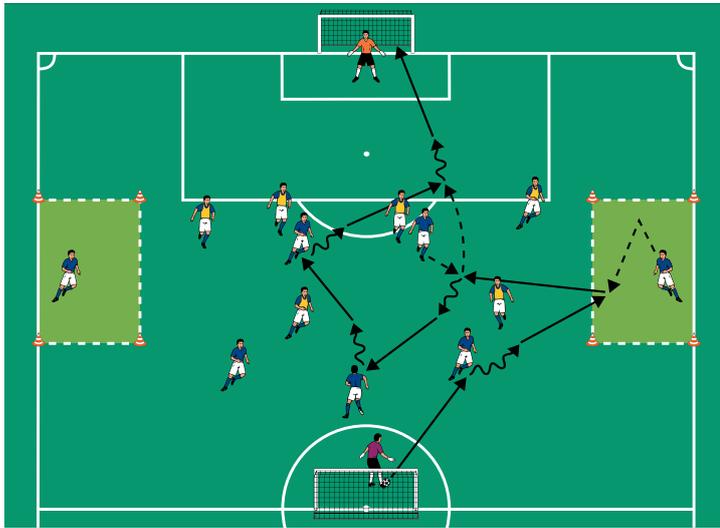
### VARIATIONEN

- ▶ Den Ablauf über die andere Seite durchführen.
- ▶ E startet mit dem Pass von D als Verteidiger in den Strafraum nach. C versucht, im 1 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ein präzises und druckvolles Passspiel einfordern.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

## THEMA: GRUPPENTAKTISCHE ABLÄUFE IN STATIONEN TRAINIEREN



### SCHLUSSTEIL:

### AUSSENZONEN-SPIEL

#### ORGANISATION

- ▶ Eine Feldhälfte als Spielfeld nutzen
- ▶ Auf den Grundlinien je 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ An den Seitenlinien je 1 Flügelzone markieren
- ▶ 7 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Angreifer stellen 2 Flügelspieler, die sich in den Zonen postieren

#### ABLAUF

- ▶ 7 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Der Angriff startet immer beim Torhüter der Angreifer.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen zunächst einen Spieler in einer Zone anspielen, bevor sie auf das Tor mit Torhüter abschließen dürfen.
- ▶ Die Verteidiger dürfen die Zonen zunächst nicht betreten.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Spielzeit: jeweils 6 Minuten.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

#### VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer müssen zunächst in beide Zonen kombinieren, ehe sie auf das Tor mit Torhüter abschließen dürfen.
- ▶ Die Verteidiger dürfen auch in den Flügelzonen attackieren.
- ▶ Die Zonen entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler in den Zonen regelmäßig wechseln.
- ▶ Als Außenbahnspieler stets anspielbar sein.
- ▶ Die Angriffe zielstrebig ausspielen.