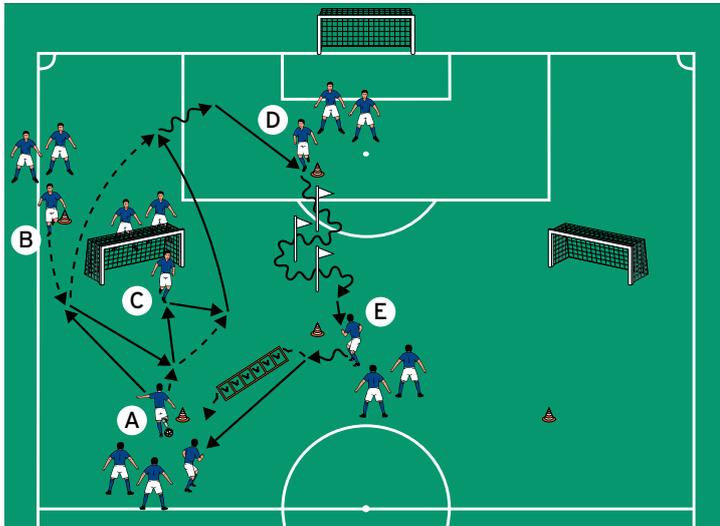


THEMA: ENTGEGEN- UND IN DIE TIEFE WEGSTARTEN



AUFWÄRMEN 1:

GESCHICKLICHKEIT IM PARCOURS

ORGANISATION

- ▶ Seitlich auf dem Spielfeld einen Parcours aufbauen
- ▶ Dabei ein Jugendtor, Stangen, Hütchen und eine Koordinationsleiter verwenden
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ A spielt zum entgegenkommenden B, der das Zuspiel direkt prallen lässt.
- ▶ A passt zu C, der ebenfalls prallen lässt, damit A abschließend in den Lauf von B spielen kann.
- ▶ B dribbelt kurz in Richtung Grundlinie und passt dann zurück auf D, der um die Stangen dribbelt und zu E spielt.
- ▶ E nimmt kurz mit, passt zum jeweils nächsten Spieler bei A und durchläuft abschließend die Koordinationsleiter.
- ▶ Alle Spieler rücken jeweils eine Position weiter.

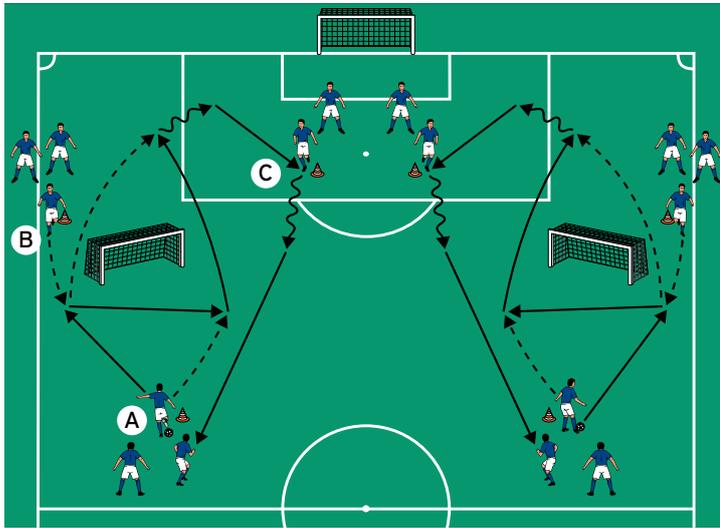
VARIATIONEN

- ▶ Mit 2 Bällen spielen: A und D starten gleichzeitig.
- ▶ C startet von hinter dem Jugendtor und kommt dem Zuspiel vor das Tor entgegen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass B dem Zuspiel von A nach einer Konterbewegung aktiv entgegenstartet.
- ▶ Stramme Zuspiele von A auf B und C sowie einen gut getimten Ball in den Lauf von B fordern.
- ▶ Beim Umdribbeln der Stangen auf Beidfüßigkeit achten.

THEMA: ENTGEGEN- UND IN DIE TIEFE WEGSTARTEN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBLING- UND PASSPARCOURS

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Stangen und die Koordinationsleiter entfernen
- ▶ Einen zweiten Parcours auf der anderen Seite aufbauen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A haben 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A spielt zum entgegenkommenden B, der prallen lässt und hinter dem Tor zur Grundlinie läuft.
- ▶ A passt in den Lauf von B, der in den Strafraum dribbelt und zurück auf C passt.
- ▶ C dribbelt in Richtung von A, passt zum jeweils nächsten Spieler usw.
- ▶ Die Spieler rücken jeweils eine Position weiter.

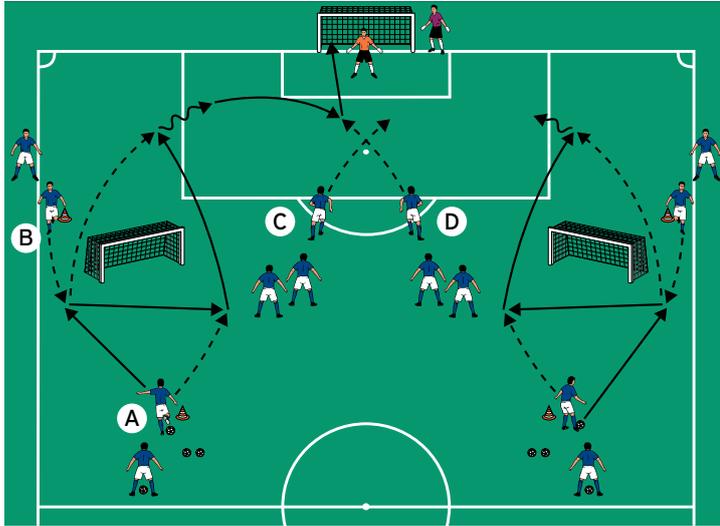
VARIATIONEN

- ▶ B spielt hinter dem Tor direkt auf C.
- ▶ Die Slalomstangen aus dem Aufwärmen beibehalten: C muss vor dem Pass auf A um sie Stangen dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Präzise Zuspiele einfordern.
- ▶ Darauf achten, dass B präzise und flach prallen lässt.
- ▶ B muss A bei seiner Drehung stets im Blick behalten.

THEMA: ENTGEGEN- UND IN DIE TIEFE WEGSTARTEN



HAUPTTEIL 1:

PASSKOMBINATION AM FLÜGEL MIT FLANKE UND TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Positionshütchen im Strafraum entfernen
- ▶ Auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spiele bei A haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Im Wechsel von beiden Seiten üben: A spielt zum entgegenkommenden B, der prallen lässt und hinter dem Tor zur Grundlinie läuft.
- ▶ A passt in den Lauf von B, der in den Strafraum dribbelt.
- ▶ Gleichzeitig kreuzen C und D vor das Tor.
- ▶ B flankt in die Mitte.
- ▶ C und D versuchen, auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.

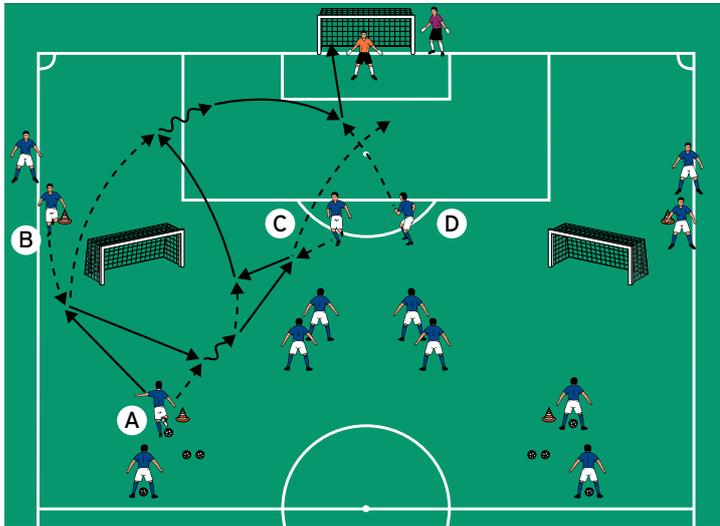
VARIATIONEN

- ▶ Auch flache Rückpässe erlauben.
- ▶ Die beiden Gruppen tauschen die Seiten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass B den Zuspielen jeweils aktiv entgegenstartet.
- ▶ Auf ein korrektes Timing beim Kreuzen von C und D im Zentrum achten.
- ▶ Die Hereingaben zielstrebig verwerten!

THEMA: ENTGEGEN- UND IN DIE TIEFE WEGSTARTEN



HAUPTTEIL 2:

PASSKOMBINATION AM FLÜGEL UND MIT EINEM ZENTRALEM STÜRMER

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten

ABLAUF

- ▶ A spielt zum entgegenkommenden B, der das Zuspiel prallen lässt und hinter dem Tor zur Grundlinie läuft.
- ▶ A spielt auf C weiter, der ebenfalls prallen lässt.
- ▶ A passt in den Lauf von C, der in den Strafraum dribbelt.
- ▶ Gleichzeitig starten D und C vor das Tor.
- ▶ B flankt in die Mitte.
- ▶ C und D versuchen, die Hereingabe per Kopf zu verwerten.
- ▶ Alle Spieler rücken eine Position weiter.

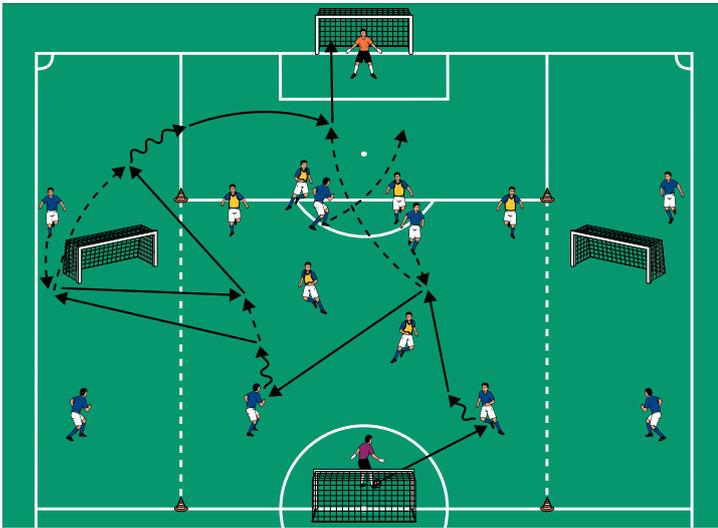
VARIATIONEN

- ▶ A spielt im Zentrum einen Doppelpass mit dem entfernten Stürmer D, ehe er in den Lauf von B auf den Flügel passt.
- ▶ 1 Verteidiger bestimmen und im Zentrum aufstellen: C und D versuchen, im 2 gegen 1 einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Im Zentrum im 2 gegen 2 spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass C dem Zuspiel von A aktiv entgegenstartet.
- ▶ Gezielte Flanken von B ins Zentrum fordern.
- ▶ Im Zentrum die Positionen am kurzen und langen Pfosten exakt besetzen.
- ▶ Korrekt getimt vor das Tor starten und zielstrebig abschließen!

THEMA: ENTGEGEN- UND IN DIE TIEFE WEGSTARTEN



SCHLUSSTEIL:

KOMBINATIONSSPIEL AM FLÜGEL

ORGANISATION

- ▶ Die Jugendtore am Flügel beibehalten
- ▶ Auf der ganzen Spielfeldhälfte 2 Tore mit Torhütern errichten
- ▶ Auf Strafraumbreite 2 Außenzonen markieren
- ▶ 8 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen

ABLAUF

- ▶ 8 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Gültige Treffer können nur nach einer Hereingabe aus einer der beiden Außenzonen erzielt werden.

VARIATIONEN

- ▶ Bevor in die Außenzone gespielt werden darf, muss mindestens ein zentraler Stürmer angespielt worden sein.
- ▶ Es müssen beide Stürmer angespielt worden sein, bevor das Kombinationsspiel am Flügel stattfinden kann.
- ▶ Die Angreifer müssen in beide Außenzonen kombinieren, ehe sie auf das Tor mit Torhüter abschließen dürfen.
- ▶ Die Jugendtore und die Außenzonen entfernen. 2 Teams einteilen und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ziel dieser Spielform ist das Kombinationsspiel am Flügel um das Jugendtor.
- ▶ Auf ein gut getimtes Entgegenstarten der Angreifer sowie der Außenspieler achten.
- ▶ Die Außenspieler sollen dabei um die Jugendtore herum entgegenstarten.
- ▶ Die Hereingaben entschlossen verwandeln!