

THEMA: ABWEHRVERHALTEN AM FLÜGEL



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBELN IM RECHTECK

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder markieren
- ▶ 2 Gruppen einteilen und jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Jeder Spieler hat 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler dribbeln frei im Feld umher.
- ▶ Der Trainer gibt verschiedene Dribbelarten vor (z. B. nur mit rechts/links, rückwärts dribbeln usw.)

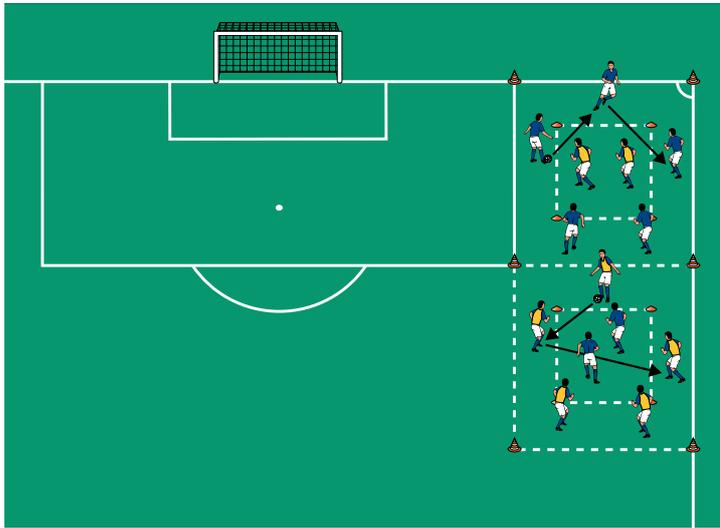
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler dribbeln in beiden Feldern durcheinander.
- ▶ 3 Spieler ohne Ball bestimmen, die versuchen, den anderen Spielern den Ball vom Fuß zu spitzeln.
- ▶ Pro Gruppe 1 Ball: Die Gruppen passen sich in den eigenen Reihen zu.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball eng am Fuß führen.
- ▶ Die Räume vollständig ausnutzen.
- ▶ Die Spieler sollen den Blick vom Ball lösen, um nicht mit entgegenkommenden Spielern zusammenzustoßen.

THEMA: ABWEHRVERHALTEN AM FLÜGEL



AUFWÄRMEN 2:

PASSEN IM QUADRAT

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Gruppen weiter verwenden
- ▶ In der Mitte beider Felder zusätzlich jeweils ein 8 x 8 Meter großes Feld abstecken
- ▶ Jedes Team stellt 2 Spieler, die als Verteidiger im jeweils anderen Feld agieren

ABLAUF

- ▶ 5-gegen-2-Eckespiel: Die Ballbesitzer versuchen, den Ball in den eigenen Reihen zu halten und die Verteidiger, den Ball zu erobern.
- ▶ 10 Pässe in den eigenen Reihe sowie jede Balleroberung ergeben 1 Punkt für die Teamwertung.

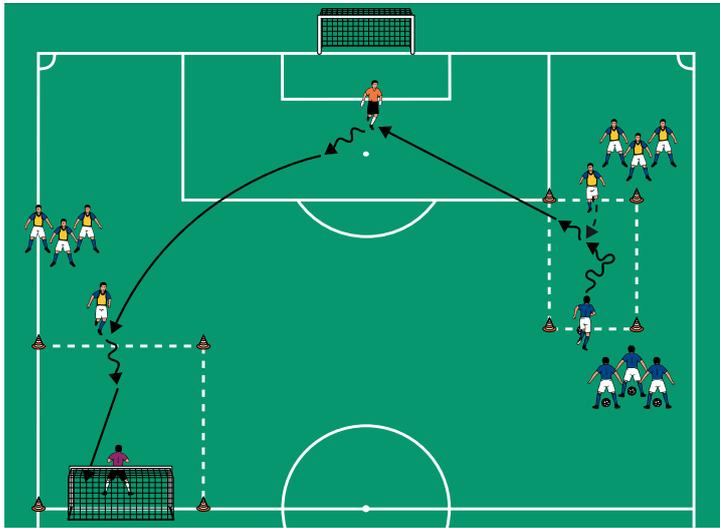
VARIATIONEN

- ▶ Die Außenspieler dürfen nur im Direktspiel agieren.
- ▶ Die Passempfänger dürfen jeweils nicht zu den Passgebern zurückspielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Außenspieler bewegen sich auf den Seitenlinien.
- ▶ Die Außenspieler müssen zwischen den Ecken bleiben - und dürfen das Feld nicht vergrößern.
- ▶ Die Verteidiger regelmäßig wechseln.

THEMA: ABWEHRVERHALTEN AM FLÜGEL



HAUPTTEIL 1:

1 GEGEN 1 AM FLÜGEL

ORGANISATION

- ▶ Auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Auf einer Seite eine 12 x 8 Meter große Flügelzone markieren
- ▶ Auf der jeweils anderen Seite des Feldes ein 15 x 15 Meter großes Feld errichten
- ▶ In diesem ein weiteres Tor mit Torhüter auf der Mittellinie des Großspielfeldes aufstellen
- ▶ 3 Gruppen einteilen
- ▶ Die Spieler jeweils auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Angreifer am kleinen Flügelfeld haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Der erste Ballbesitzer dribbelt ins Feld und versucht, im 1 gegen 1 über die gegenüberliegende Grundlinie zu dribbeln.
- ▶ Gelingt es dem Verteidiger, den Ball zu erobern, so passt er zum eigenen Torhüter zurück.
- ▶ Dieser nimmt an und mit und spielt einen Flugball zum ersten Spieler am Feld auf der anderen Seite.
- ▶ Der Passempfänger nimmt ins Feld an und mit und schließt auf das Tor mit Torhüter auf der Mittellinie ab.

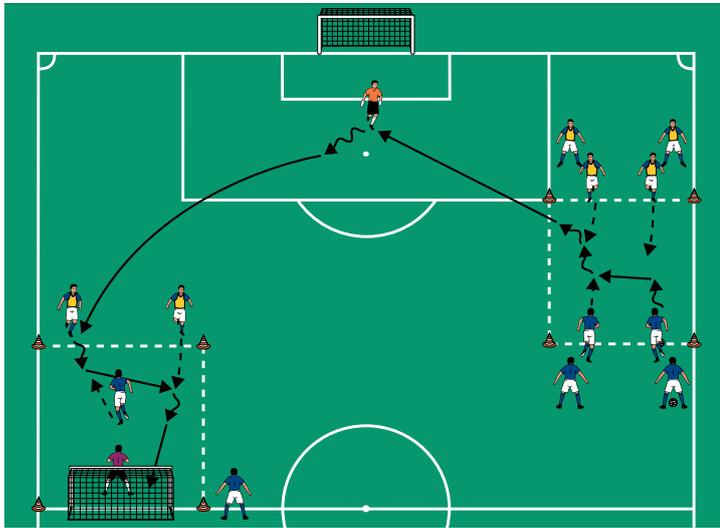
VARIATIONEN

- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite aufbauen.
- ▶ Die Verteidiger im kleinen Feld müssen den Ball innerhalb von 10 Sekunden erobern.
- ▶ Die Passempfänger auf der jeweils anderen Seite müssen spätestens mit dem dritten Kontakt abgeschlossen haben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Verteidiger versucht, das Tempo des Angreifers herauszunehmen.
- ▶ Gelingt es dem Verteidiger nicht, den Ball zu erobern, so spielt der Torhüter dennoch einen Flugball zur jeweils anderen Seite.

THEMA: ABWEHRVERHALTEN AM FLÜGEL



HAUPTTEIL 2:

2 GEGEN 2 AM FLÜGEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Das kleine Feld auf 14 x 14 Meter vergrößern
- ▶ 4 Gruppen mit Angreifern und Verteidigern einteilen und jeweils auf den Positionen verteilen

ABLAUF

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt versuchen die Angreifer im kleinen Feld, im 2 gegen 2 über die gegenüberliegende Grundlinie zu dribbeln.
- ▶ Nach der Seitenverlagerung durch den Torhüter versuchen die Passempfänger, im 2 gegen 1 auf das Tor mit Torhüter auf der Mittellinie abzuschließen.

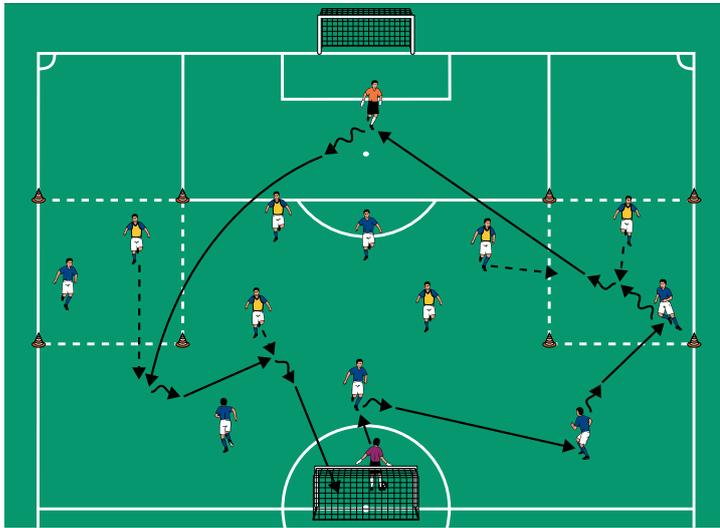
VARIATIONEN

- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.
- ▶ Die Verteidiger im kleinen Feld müssen den Ball innerhalb von 10 Sekunden erobert haben.
- ▶ Die Passempfänger müssen spätestens nach 10 Sekunden auf das Tor mit Torhüter abgeschlossen haben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die beiden Verteidiger versuchen, den Ball geschickt zu erobern.
- ▶ Dabei sollen sie den Ballbesitzer bewusst zum Mitspieler lenken.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Positionen und Aufgaben wechseln.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern nicht, den Ball zu erobern, so spielt der Torhüter trotzdem einen Flugball zur jeweils anderen Seite.

THEMA: ABWEHRVERHALTEN AM FLÜGEL



SCHLUSSTEIL:

SPIEL MIT FLÜGELZONEN

ORGANISATION

- ▶ Auf einer Spielfeldhälfte 2 Tore mit Torhütern markieren
- ▶ Auf beiden Seiten zwei 14 x 14 Meter große Flügelzonen errichten
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jedes Team stellt jeweils 1 Spieler, die sich in den Flügelzonen aufstellen

ABLAUF

- ▶ 6 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen einen Mitspieler in einer Flügelzone anspielen, ehe sie auf das Tor mit Torhüter abschließen dürfen.
- ▶ Gelingt dies, so versucht der Passempfänger, aus der Zone zu dribbeln.
- ▶ Anschließend freies Spiel bis zum Torabschluss.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, kontern sie sofort auf das gegenüberliegende Tor mit Torhüter.

VARIATIONEN

- ▶ 5 Angreifer spielen gegen 7 Verteidiger.
- ▶ Die Zonen entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Verteidiger können ihre Mitspieler in den Zonen unterstützen und so gezielt Überzahl am Ball schaffen.
- ▶ Nach der Balleroberung sollten die Verteidiger versuchen, den Ballbesitz zu sichern und das Spiel gegebenenfalls mit einem Rückspiel über den Torhüter zur jeweils anderen Seite zu verlagern.
- ▶ Nach der Seitenverlagerung zielstrebig abschließen!