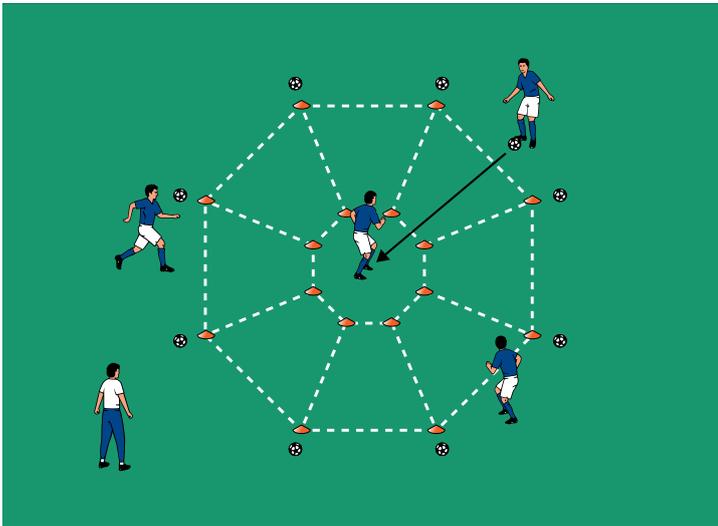


## THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL IM KLEINGRUPPENTRAINING VERBESSERN



### AUFWÄRMEN:

## ZUSPIELE IM ACHECK

### ORGANISATION

- ▶ Ein Achteck mit 5 Meter Seitenlänge markieren
- ▶ 1 Anspieler im Zentrum postieren und die übrigen Spieler an den Seitenlinien verteilen
- ▶ Ein Außenspieler hat 1 Ball
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle außerhalb des Feldes verteilen

### ABLAUF

- ▶ Die Außenspieler passen sich über den Zentrums-  
spieler zu, der die Bälle jeweils weiterleitet.

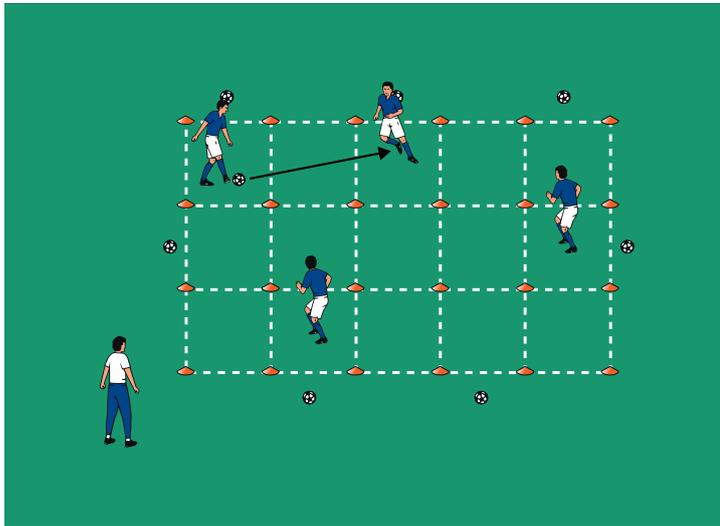
### VARIATIONEN

- ▶ Einen Zonenwechsel nach dem Pass durchführen:  
Nach jedem Abspiel eine andere Zone besetzen.
- ▶ Im Direktspiel agieren.
- ▶ Finde die freie Zone: Der Zentrumsspieler kann  
alternativ zum Abspiel auf einen anderen Außen-  
spieler durch eine freie Zone nach außen dribbeln.  
In diesem Fall muss der Passgeber sofort ins  
Zentrum laufen und die Aufgabe des Zentrums-  
spielers übernehmen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Vor den Abspielen stets Blickkontakt aufbauen  
und so die gegenseitige Abstimmung optimieren.
- ▶ Darauf achten, dass der Zentrumsspieler die Zu-  
spiele jeweils aktiv fordert. Außerdem soll er sich  
schon vor dem Zuspiel in die kommende Abspiel-  
richtung orientieren.
- ▶ Eine zielstrebige Entscheidungsfindung einfordern.
- ▶ Die Zentrumsspieler nach jeweils 1 Minute  
wechseln.

## THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL IM KLEINGRUPPENTRAINING VERBESSERN



### HAUPTTEIL 1:

## ZUSPIELE IM GITTERNETZ I

### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 12 Meter großes Feld in je 4 x 4 Meter großen Quadrate unterteilen (insgesamt 24 Hütchen erforderlich)
- ▶ Die Spieler besetzen zu Beginn 4 feste Zonen
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle außerhalb des Feldes verteilen

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen sich jeweils in freier Abfolge in ihren Zonen zu.

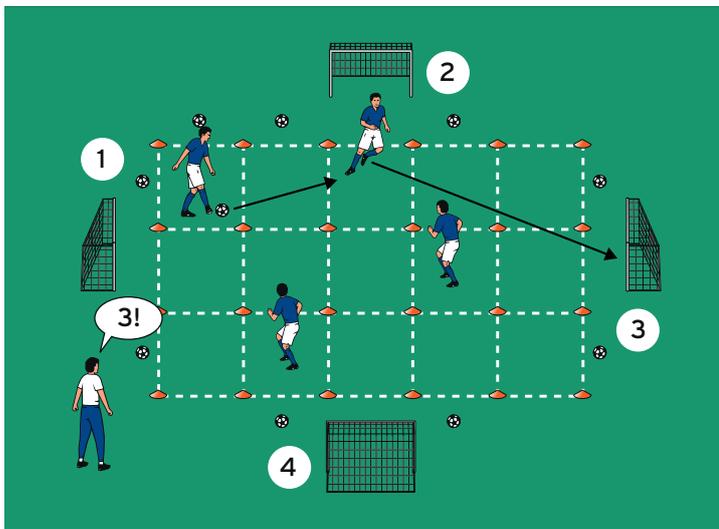
### VARIATIONEN

- ▶ Variante 1: Nach dem Abspiel sofort in eine beliebige neue freie Zone laufen und sich dort wieder anbieten.
- ▶ Variante 2: Mindestens oder maximal 1 Zone überspielen, alternativ genau 2 Zonen überspielen.
- ▶ Variante 3: Nach dem Zuspiel in eine freie Zone dribbeln.
- ▶ Variante 4: Immer im Wechsel gerade und diagonal passen.
- ▶ Die Zeit messen: Wie lange benötigen die Spieler, bis jeder mindestens einmal am Ball war?

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Innern des Feldes möglichst flache Hütchen-scheiben verwenden, um ein problemloses Überspielen zu ermöglichen.
- ▶ Auf ein gutes Pass- und Lauf timing achten!
- ▶ Die Spieler sollen stets in einer spieloffenen Stellung stehen.
- ▶ Vor den Zu- bzw. Abspielen Blickkontakt aufnehmen und den Zuspielen jeweils aktiv entgegenstarten.
- ▶ Einen möglichst flüssigen Ablauf der Passfolgen fordern.

## THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL IM KLEINGRUPPENTRAINING VERBESSERN



### HAUPTTEIL 2:

## ZUSPIELE IM GITTERNETZ I

### ORGANISATION

- ▶ Ein 20 x 12 Meter großes Feld in je 4 x 4 Meter großen Quadrate unterteilen (insgesamt 24 Hütchen erforderlich)
- ▶ Die Spieler besetzen zu Beginn 4 feste Zonen
- ▶ 4 Minitore gemäß Abbildung außerhalb des Feldes aufstellen
- ▶ Die Minitore durchnummerieren

### ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen sich jeweils in freier Abfolge in ihren Zonen zu.
- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl auf und startet so die Aktion.
- ▶ Der jeweilige Ballbesitzer muss sich schnellstmöglich orientieren und auf das aufgerufene Tor schießen/passen.

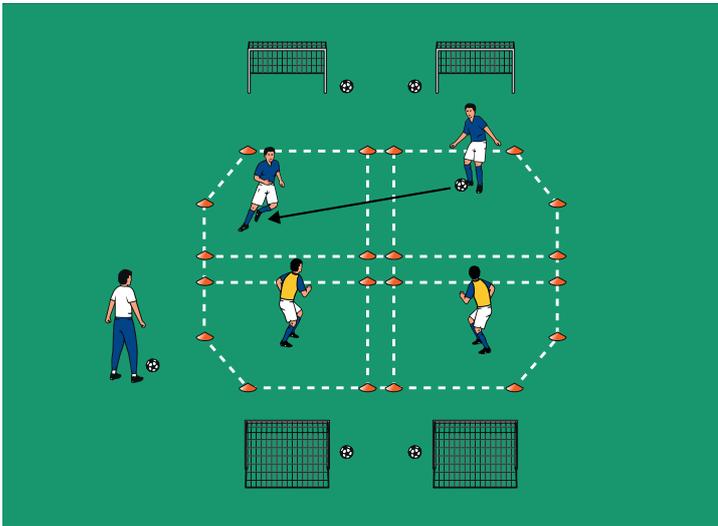
### VARIATIONEN

- ▶ Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen.
- ▶ Ein Zeitlimit (3 Sekunden) bis zum Pass/Schuss vorgeben.
- ▶ Den Toren andere Bezeichnungen geben (z. B. Städte, prominente Fußballspieler usw.).

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler sollen auch ihren 'schwachen' Fuß benutzen.
- ▶ Es ist hohe Konzentration gefragt, um den Anforderungen gerecht zu werden.
- ▶ Den Abstand der Minitore zum Feld dem Leistungsvermögen der Spieler anpassen.
- ▶ Mit dem Trainerkommando sofort zielstrebig abschließen.

## THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL IM KLEINGRUPPENTRAINING VERBESSERN



### SCHLUSSTEIL:

## 2 GEGEN 2 AUF 4 PASSTORE

### ORGANISATION

- ▶ Ein 15 x 12 Meter großes Achteck in 4 Zonen einteilen
- ▶ Zwischen den Zonen Taburäume zur Einhaltung der Abstandsregeln errichten
- ▶ 5 Meter hinter beiden Grundlinien je 2 Minitore aufstellen
- ▶ Zwei 2er-Teams einteilen
- ▶ Alle Spieler jeweils einer festen Zone gemäß Abbildung zuweisen

### ABLAUF

- ▶ 2 gegen 2 auf die Minitore.
- ▶ Die Spieler versuchen jeweils, aus dem Zusammenspiel in eines der gegnerischen Minitore zu schießen.
- ▶ Der Ball darf jedoch beliebig oft jongliert werden.
- ▶ Angaberecht erhält immer derjenige, der den Punkt erzielt hat.
- ▶ Dabei dürfen sie ihre Zonen jeweils nicht verlassen.

### VARIATIONEN

- ▶ Nach Torerfolg/Ausball usw. spielt der Trainer einen neuen Ball ein, sodass ein schnelles Umschalten gefordert ist.
- ▶ Die Spieler eines Teams müssen nach einem Ballgewinn beide in Ballbesitz gewesen sein, bevor sie auf eines der Minitore abschließen dürfen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler müssen das freie Passfenster in der Tiefe erkennen und sofort zielstrebig abschließen.
- ▶ Im Zusammenspiel stets mutig und offensiv agieren.
- ▶ Die Spieler sollen sich gegenseitig coachen!
- ▶ Möglichst immer in offener Stellung agieren, um sowohl den Passgeber als auch die gegnerischen Spieler und die gegenüberliegenden Minitore stets im Blick zu haben.