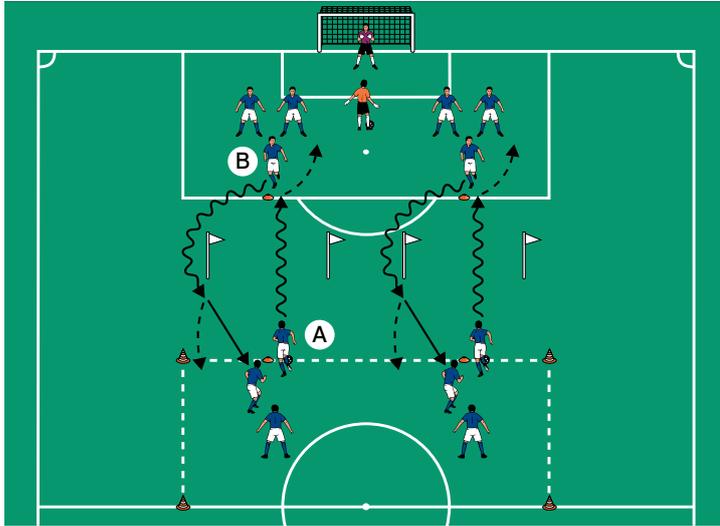


THEMA: INS DRIBBLING GEHEN ODER DAS ZUSAMMENSPIEL SUCHEN?



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBELN UND PASSEN IN DER RAUTE

ORGANISATION

- ▶ Eine Spielfeldhälfte als Feld markieren
- ▶ An der Mittellinie einen zweiten Strafraum abstecken
- ▶ Zwischen den Strafräumen 2 Rauten errichten
- ▶ 2 Gruppen einteilen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ A dribbelt zu B und übergibt dort den Ball.
- ▶ B dribbelt nach rechts um die seitliche Stange und passt zum jeweils nächsten Spieler bei A usw.
- ▶ Die Spieler stellen sich auf der jeweils anderen Seite wieder an.

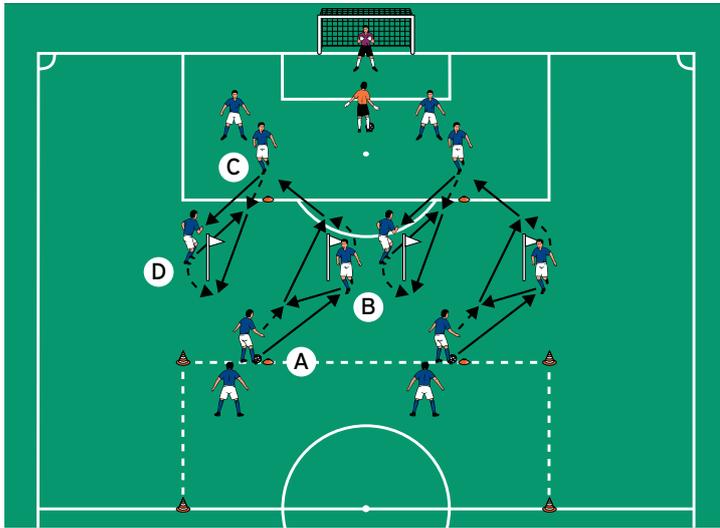
VARIATIONEN

- ▶ B umdribbelt die jeweils linke Stange.
- ▶ A dribbelt ebenfalls um eine zentrale Stange und passt zu B.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Eine enge Ballführung beim Dribbling fordern.
- ▶ Auf eine Ballmitnahme mit dem ersten Kontakt in die Vorwärtsbewegung achten.
- ▶ Immer vor den Mitspieler passen.

THEMA: INS DRIBBLING GEHEN ODER DAS ZUSAMMENSPIEL SUCHEN?



AUFWÄRMEN 2:

PASSKOMBINATION IN DER RAUTE

ORGANISATION

- ▶ Die beiden Rauten aus Aufwärmen 1 beibehalten
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A haben erneut 1 Ball
- ▶ Die beiden Torhüter wärmen sich separat auf

ABLAUF

- ▶ A passt zu B, der prallen lässt und sich wieder in die Vorwärtsbewegung orientiert, wo er ein erneutes Zuspiel von A erhält.
- ▶ B spielt zu C weiter.
- ▶ C und D passen sich in der gleichen Art und Weise zu.
- ▶ D spielt abschließend zum jeweils nächsten Spieler bei A usw.
- ▶ Alle Passgeber rücken eine Position weiter.

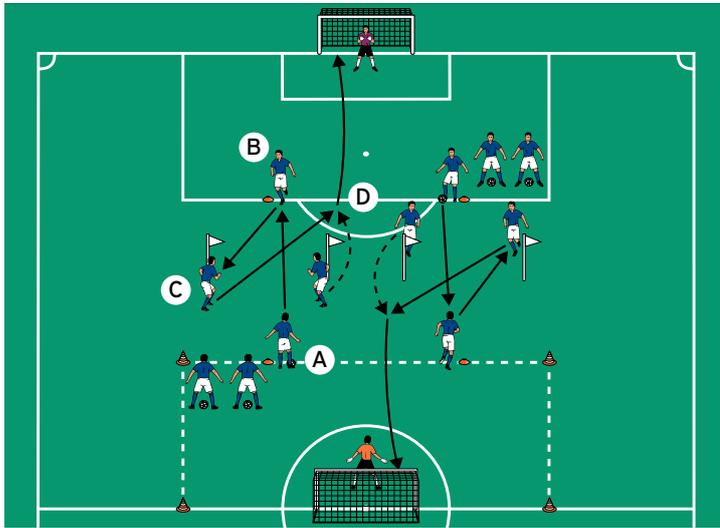
VARIATIONEN

- ▶ B kommt kurz entgegen und bekommt den Ball durch die Mitte hinter die Stange in den Lauf gespielt, wo er zu C passt. Gleicher Ablauf zwischen C und D, der zurück zu A spielt.
- ▶ Jetzt erhalten B und D die Zuspiele in den Fuß. Sie drehen zur anderen Seite auf, führen vor der Stange eine Finte aus und passen zu C bzw. zum jeweils nächsten Spieler bei A.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein sauberes Prallenlassen von B bzw. D achten.
- ▶ Anschließend sofort umdrehen und um die Stange in die Tiefe starten.
- ▶ A und C müssen den zweiten Pass präzise in den Lauf von B bzw. D zuspielen.

THEMA: INS DRIBBLING GEHEN ODER DAS ZUSAMMENSPIEL SUCHEN?



HAUPTTEIL 1:

PASSKOMBINATION IN DER RAUTE MIT TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Auf Grund- und Mittellinie je 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A passt vertikal zu B, der auf C prallen lässt.
- ▶ C spielt einen Pass in den Lauf von D, der auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Alle Spieler rücken jeweils eine Position weiter.

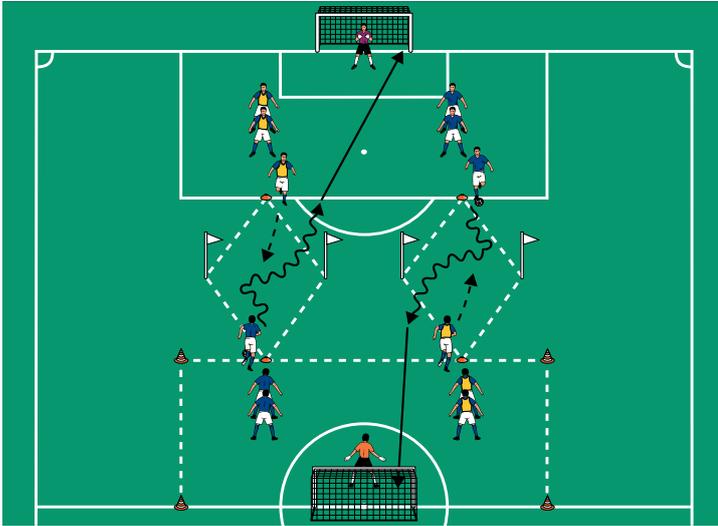
VARIATIONEN

- ▶ C legt erneut auf A ab, der D zum Torabschluss in den Lauf spielt.
- ▶ B passt auf A, der auf C prallen lässt. C spielt D abschließend zum Torabschluss in den Lauf.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Stramme Zuspiele in den Fuß der Mitspieler fordern.
- ▶ C muss D präzise in die Schussposition zuspielen.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

THEMA: INS DRIBBLING GEHEN ODER DAS ZUSAMMENSPIEL SUCHEN?



HAUPTTEIL 2:

1 GEGEN 1 IN DER RAUTE MIT TORSCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau weiter verwenden
- ▶ Innerhalb der Gruppen Angreifer und Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Angreifer haben Bälle

ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Angreifer dribbeln in die Raute und versuchen, den jeweiligen Verteidiger im 1 gegen 1 auszuspielen und auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

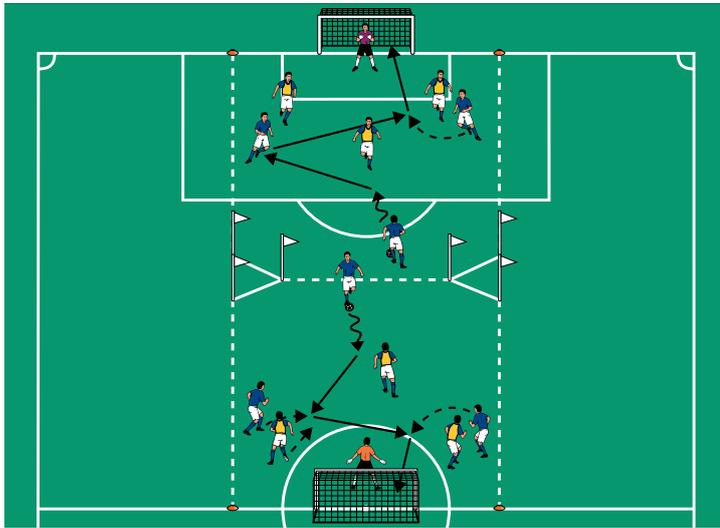
VARIATIONEN

- ▶ 1 Angreifer stellt sich in der Raute auf und erhält ein Zuspiel, das er zum 1 gegen 1 in Richtung Tor an- und mitnimmt.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: Welcher Angreifer trifft zuerst (= 1 Zusatzpunkt)?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Mit maximalem Tempo ins 1 gegen 1 starten.
- ▶ Gegebenenfalls fintieren, danach sofort abschließen!
- ▶ Die Schüsse gezielt in die Ecken platzieren.

THEMA: INS DRIBBLING GEHEN ODER DAS ZUSAMMENSPIEL SUCHEN?



SCHLUSSTEIL:

3 GEGEN 3 AUF 3 TORE

ORGANISATION

- ▶ Zwischen den beiden Toren aneinandergrenzend zwei 30 x 25 Meter große Felder aufbauen
- ▶ In der Mitte mit 6 Stangen je 2 Tore abstecken
- ▶ 4 Teams zu je 3 Spielern einteilen
- ▶ Die Tore mit Torhütern besetzen

ABLAUF

- ▶ In beiden Feldern 3 gegen 3 auf das Tor mit Torhüter sowie die beiden Stangentore in den gegenüberliegenden Ecken.
- ▶ Jede Aktion wird von den Angreifern von den Stangentoren aus gestartet.
- ▶ Bei Ballgewinn der Verteidiger kontern diese auf die Stangentore.
- ▶ Nach einiger Zeit die Seiten wechseln.

VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer müssen mit maximal 5 Pässen zum Abschluss kommen.
- ▶ In den Feldern jeweils ohne Aufgabenstellungen frei spielen lassen. Jetzt starten die jeweils berechtigten Teams die entsprechenden Aktionen. Nach der Hälfte der Spielzeit die Seiten wechseln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Angreifer die Breite des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Gezielt Schussgelegenheiten herauspielen und diese zielstrebig abschließen!