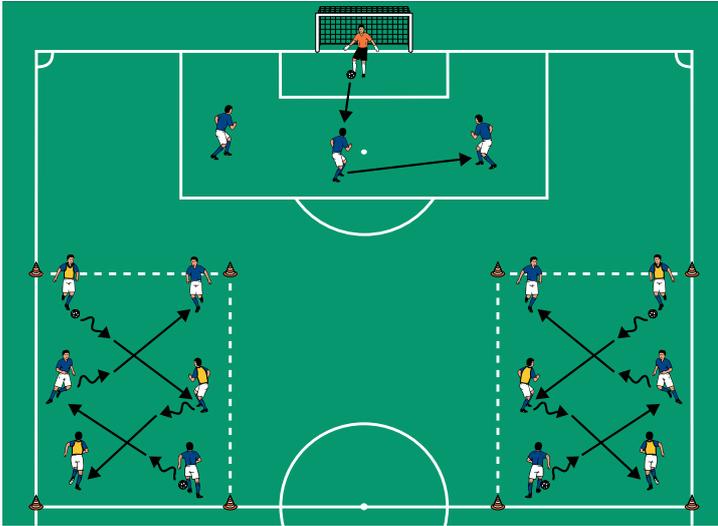


THEMA: SPIELERÖFFNUNG UND ÜBERGANGSSPIEL



AUFWÄRMEN 1:

DRIBBELN UND PASSEN IM FELD

ORGANISATION

- ▶ An den Seiten- und der Mittellinie zwei 30 x 20 Meter große Felder aufbauen
- ▶ Zusätzlich den Strafraum als Feld markieren
- ▶ Auf der Grundlinie 1 Tor aufstellen
- ▶ 3 Gruppen einteilen und jeweils den Feldern zuweisen
- ▶ Pro Gruppe 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Die Spieler passen sich frei in der Dreier- bzw. Vierergruppe in ihren Feldern zu.

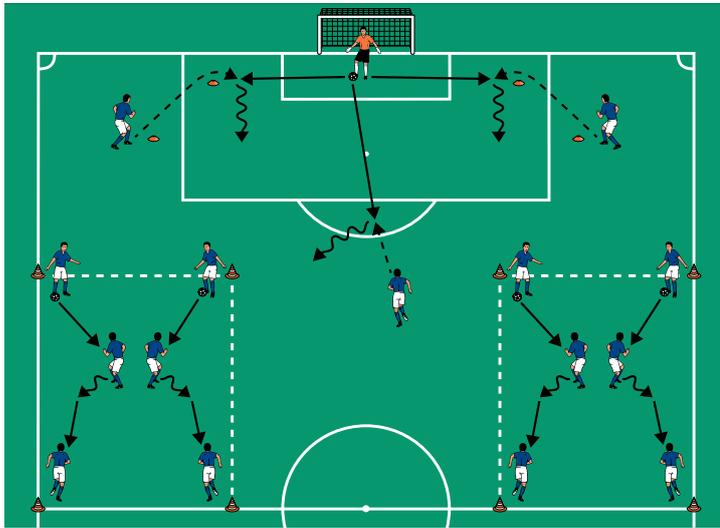
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler durchnummerieren und in einer vorgegebenen Reihenfolge zupassen ("1 passt zu 2, der auf 3 weiterleitet" usw.)
- ▶ Die Gruppen erhalten jeweils einen weiteren Ball, den sie sich während des Zupassens gegenseitig zuwerfen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler dauerhaft in Bewegung sind.
- ▶ Auf eine saubere An- und Mitnahme in die neue Bewegungsrichtung achten.
- ▶ Stramme Zuspiele in den Fuß des Mitspielers fordern.

THEMA: SPIELERÖFFNUNG UND ÜBERGANGSSPIEL



AUFWÄRMEN 2:

PASSEN UND MITNEHMEN IN DEN GRUPPEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Gruppen beibehalten
- ▶ Zusätzlich 4 Hütchen an der seitlichen Strafraumgrenze aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF GRUPPE 1

- ▶ Der Torhüter passt abwechselnd zu einem der entgegenstartenden Verteidiger.
- ▶ Der Passempfänger nimmt in die Vorwärtsbewegung mit und dribbelt zur Strafraumlinie oder in den Raum zwischen den beiden Feldern.

ABLAUF GRUPPE 2 UND 3

- ▶ Je zwei Außenspieler passen auf einen der zentralen Spieler, die kurz an- und mitnehmen und zur jeweils anderen Seite weiterleiten usw.
- ▶ Die Positionen nach jeweils 1 Minute wechseln.

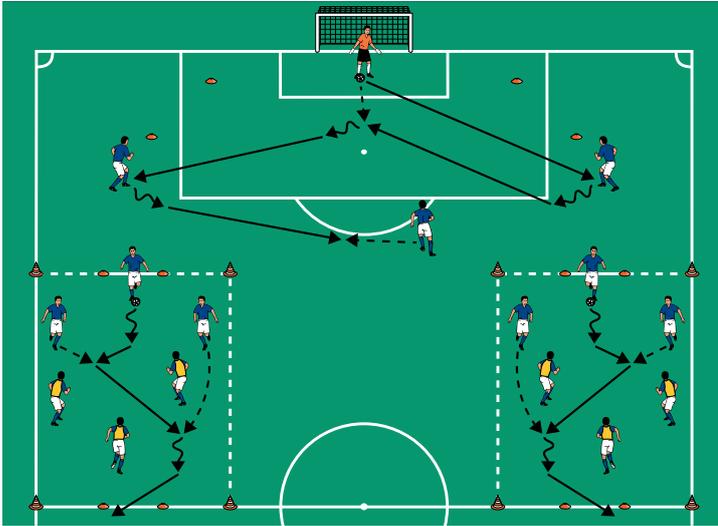
VARIATIONEN

- ▶ Die Verteidiger von Gruppe 1 lassen die Zuspiele noch einmal zum Torhüter prallen, der ihnen dann erneut in den Lauf zuspielt.
- ▶ Die zentralen Spieler in den Gruppen 2 und 3 lassen die Zuspiele ebenfalls zum Passgeber prallen, der ihnen daraufhin in den Lauf zuspielt usw.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Zuspielen jeweils nach Blickkontakt aktiv entgegenstarten.
- ▶ Stramme Zuspiele in den Fuß des Mitspielers fordern.
- ▶ Einen Schulterblick vor der An- und Mitnahme fordern.

THEMA: SPIELERÖFFNUNG UND ÜBERGANGSSPIEL



HAUPTTEIL 1:

POSITIONSSPEZIFISCHE SPIELERÖFFNUNG UND SPIELFORTSETZUNG IM 3 GEGEN 3 I

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ In den Feldern 2 und 3 zusätzlich je 2 Hütchentore aufbauen
- ▶ Die Spieler in Feld 1 auf den Positionen verteilen
- ▶ In den Feldern 2 und 3 je 2 Teams zu je 3 Spielern bilden

ABLAUF GRUPPE 1

- ▶ Der Torhüter spielt abwechselnd zu einem der 3 Verteidiger, die zu ihm zurückspielen oder zu einem anderen Verteidiger weiterleiten.

ABLAUF GRUPPE 2 UND 3

- ▶ 3 gegen 3 auf die beiden Hütchentore.

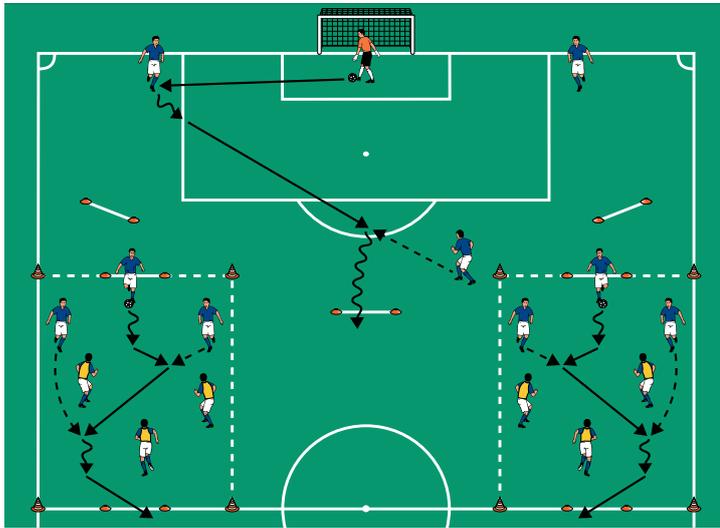
VARIATIONEN

- ▶ Die Positionen der Verteidiger in Feld 1 durchwechseln.
- ▶ In den Feldern 2 und 3 können gültige Treffer nur mit einem Dribbling über die Hütchenlinien erzielt werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Stramme Zuspiele in den Fuß des Mitspielers fordern.
- ▶ Die Breite und Tiefe des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Auf eine offene Stellung bei der An- und Mitnahme achten.

THEMA: SPIELERÖFFNUNG UND ÜBERGANGSSPIEL



HAUPTTEIL 2:

POSITIONSSPEZIFISCHE SPIELERÖFFNUNG UND SPIELFORTSETZUNG IM 3 GEGEN 3 II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Teams beibehalten
- ▶ In Feld 1 drei Hütchenlinien markieren
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

ABLAUF GRUPPE 1

- ▶ Der Torhüter spielt abwechselnd zu einem der Verteidiger, die zu ihm zurückspielen oder zu einem anderen Verteidiger weiterleiten.
- ▶ Auf ein Kommando des Torhüters dribbelt der jeweilige Passempfänger über die Hütchenlinie, passt anschließend zum Torhüter zurück usw.

ABLAUF GRUPPE 2 UND 3

- ▶ 3 gegen 3 auf die beiden Hütchentore.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.

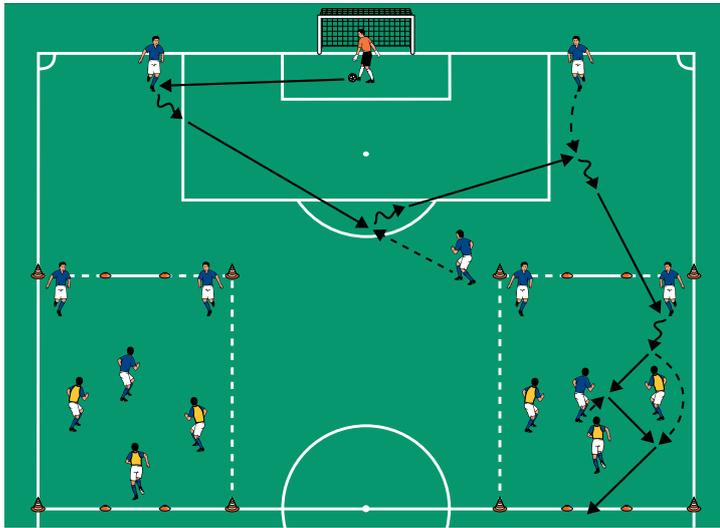
VARIATIONEN

- ▶ Die Positionen der Verteidiger durchwechseln.
- ▶ In den Feldern 2 und 3 pausiert je 1 Spieler, sodass die Ballbesitzer in einer 3-gegen-2-Überzahl agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Außenverteidiger in Feld 1 sollen sich möglichst breit und nahe an der eigenen Grundlinie aufstellen.
- ▶ Vor dem Zuspiel aus dem Feld in die entsprechende Position laufen.
- ▶ Auf präzise Zuspiele des Torhüters achten.

THEMA: SPIELERÖFFNUNG UND ÜBERGANGSSPIEL



SCHLUSSTEIL:

POSITIONSSPEZIFISCHE SPIELERÖFFNUNG UND SPIELFORTSETZUNG IM 3 GEGEN 3 III

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Positionshütchen in Feld 1 entfernen

ABLAUF

- ▶ Grundablauf in Feld 1 wie in den Hauptteilen.
- ▶ Nach einigen Zuspielen zwischen den Verteidigern passt einer auf einen Angreifer in den Feldern 2 und 3 weiter.
- ▶ Der jeweilige Passempfänger versucht, im Zusammenspiel mit den eigenen Mitspielern im 3 gegen 3 auf das gegenüberliegende Hütchentor abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, kontern sie auf das jeweils andere Hütchentor.

VARIATIONEN

- ▶ Die Positionen in Feld 1 durchwechseln.
- ▶ 1 Verteidiger in Feld 1 bestimmen, der das Kombinationsspiel zwischen den Verteidigern unterbinden soll.
- ▶ Die Angreifer in den Feldern 2 und 3 dürfen noch einmal auf den zentralen Verteidiger in Feld 1 zurückspielen, der daraufhin in das jeweils andere Außenfeld verlagert.
- ▶ Je 1 Verteidiger in den Feldern 2 und 3 pausiert, sodass die Angreifer im 3 gegen 2 auf das gegenüberliegende Hütchentor spielen.
- ▶ Die pausierenden Spieler agieren als 'zentrale Mittelfeldspieler' zwischen den Feldern und können von ihren Mitspielern für Spielverlagerungen angespielt werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Jeder Angriff wird vom Torhüter aus gestartet.
- ▶ Als Trainer darauf achten, dass der Torhüter auch nach seinem Abspiel weiter aktiv mitspielt und sich erneut anbietet.
- ▶ Auf ein schnelles Kombinationsspiel im 3 gegen 3 achten.