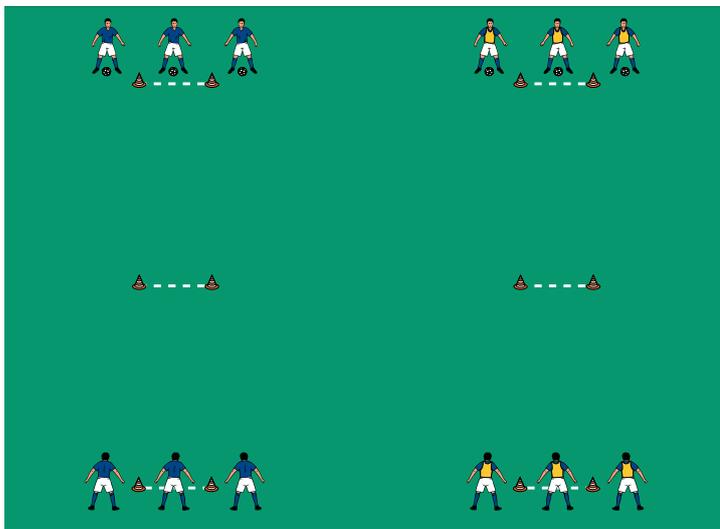


## THEMA: SPASS UND MOTIVATION MIT DER FUSSBALL-OLYMPIADE



### AUFWÄRMEN 1:

#### DISZIPLIN 1 – DRIBBLING

##### ORGANISATION

- ▶ Vier 2 Meter breite Hütchentore im Abstand von 15 Metern gegenüber errichten
- ▶ Mittig zwischen 2 Hütchentoren je ein 1 Meter breites Hütchentor markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen und zwischen den Hütchentoren aufstellen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler haben 1 Ball

##### ABLAUF ÜBUNG 1

- ▶ Die jeweils ersten Spieler durchdribbeln das mittlere Hütchentor, übergeben den Ball an den ersten Mitspieler auf der gegenüberliegenden Seite und stellen sich dort wieder an.
- ▶ Der jeweils nächste Spieler nimmt ins Dribbling zur anderen Seite mit usw.
- ▶ Jedes Durchdribbeln des mittleren Hütchentores ergibt 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

##### ABLAUF ÜBUNG 2

- ▶ Grundablauf wie zuvor.
- ▶ Jetzt durchdribbeln die Spieler das mittlere Hütchentor in Form einer Acht.

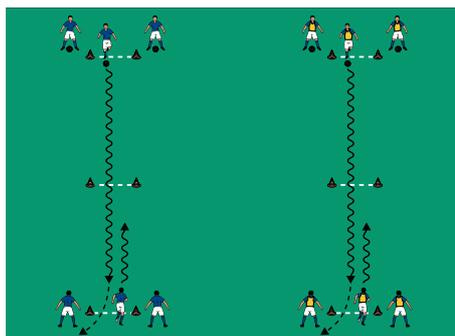
##### ABLAUF ÜBUNG 3

- ▶ Den Grundablauf beibehalten.
- ▶ Jetzt führen die Spieler vor dem mittleren Hütchentor eine vorgegebene Finte aus.

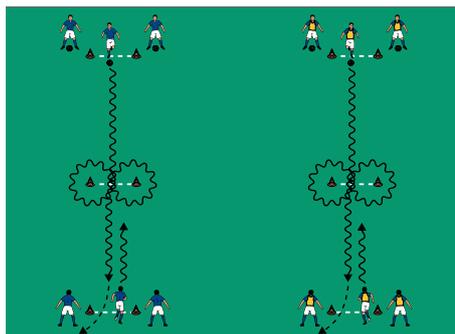
##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Größe des mittleren Hütchentores dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Der Ball darf dem Mitspieler immer erst nach dem Durchdribbeln des mittleren Hütchentores übergeben werden. Andernfalls gegebenenfalls keine Punkte vergeben oder sogar 1 Punkt abziehen.

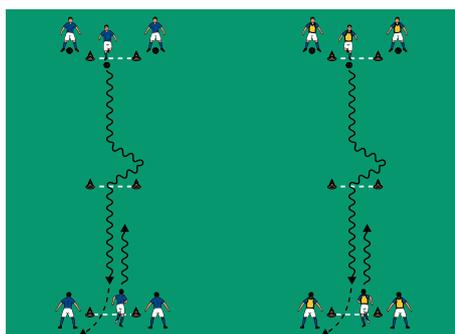
Übung 1



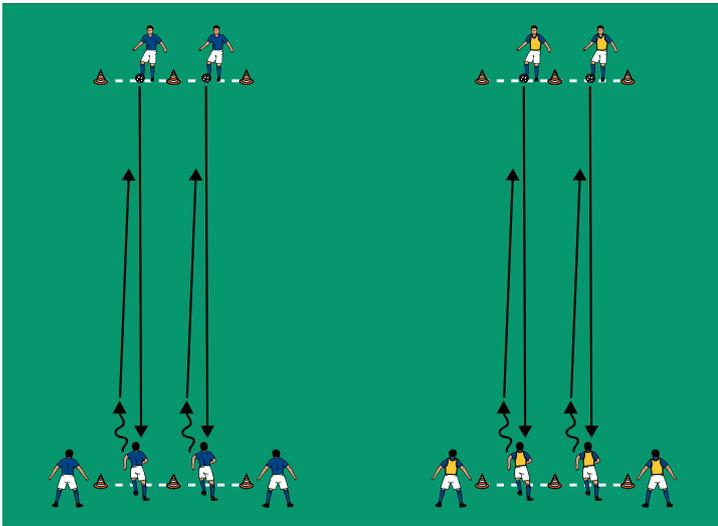
Übung 2



Übung 3



## THEMA: SPASS UND MOTIVATION MIT DER FUSSBALL-OLYMPIADE



### AUFWÄRMEN 2:

## DISZIPLIN 2 – PASSEN

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Die zentralen Hütchentore entfernen und außen doppelte Hütchentore markieren
- ▶ Jede Mannschaft hinter den doppelten Hütchentoren aufstellen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler auf einer Seite haben 1 Ball

### ABLAUF

- ▶ Die jeweils ersten Ballbesitzer starten gleichzeitig und versuchen, durch das gegenüberliegende Hütchentor zu passen.
- ▶ Der erste Mitspieler auf der gegenüberliegenden Seite nimmt mit dem ersten Kontakt kurz an und passt sofort mit dem zweiten wieder zurück.
- ▶ Jedes Durchspielen des gegenüberliegenden Hütchentores ergibt 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

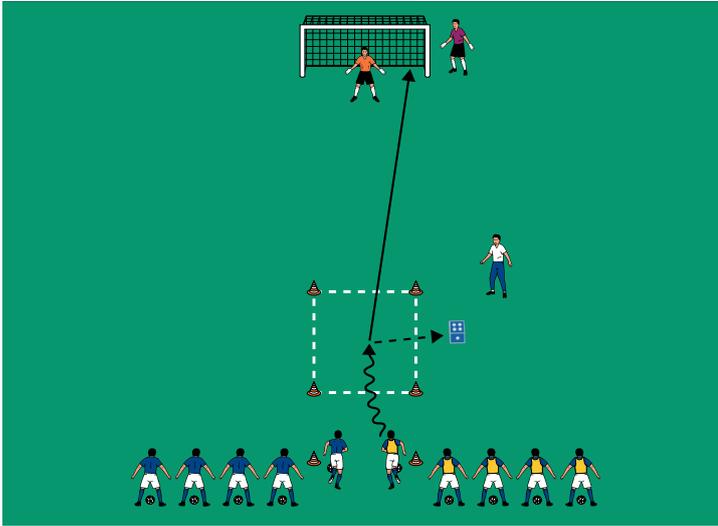
### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links passen.
- ▶ Im Direktspiel agieren.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Passgeber können sich jeweils kurz vor das eigene Hütchentor vorlegen, dürfen aber nur die vorgegebene Anzahl an Ballkontakten nutzen.
- ▶ Darauf achten, dass die Spieler konzentriert agieren und technisch sauber an-/mitnehmen bzw. zupassen. Gegebenenfalls im Detail korrigieren.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereithalten, um verspielte Bälle sofort ersetzen zu können.

## THEMA: SPASS UND MOTIVATION MIT DER FUSSBALL-OLYMPIADE



### HAUPTTEIL 1:

## DISZIPLIN 3 – TORSCHUSS- WÜRFELN

### ORGANISATION

- ▶ Die Mannschaften beibehalten
- ▶ 12 Meter vor einem Tor mit Torhüter ein 5 x 5 Meter großes Schussfeld errichten
- ▶ Hinter dem Schussfeld 2 Starthütchen aufstellen
- ▶ Der Trainer postiert sich mit einem Würfel neben dem Schussfeld
- ▶ Die Spieler jeder Mannschaft mit Bällen an den Starthütchen verteilen

### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die jeweils ersten Spieler beider Teams nacheinander in das Schussfeld und schießen ab.
- ▶ Gelingt es einem Spieler, einen Treffer zu erzielen, so darf er beim Trainer einmal würfeln.
- ▶ Die gewürfelte Zahl ergibt die Team-Punkte für den erzielten Treffer.
- ▶ Der jeweils nächste Spieler der anderen Mannschaft startet, sobald der Vordermann geschossen hat.
- ▶ Welches Team hat zum Schluss die meisten Punkte?

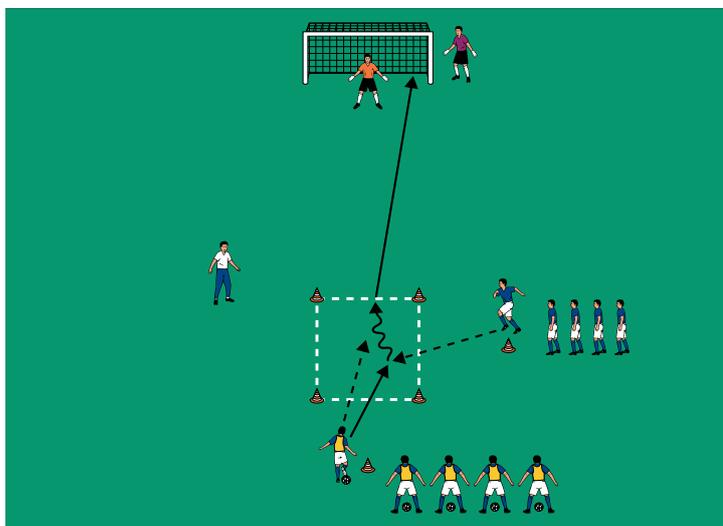
### VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links schießen.
- ▶ Mit dem zweiten Kontakt abschließen (annehmen, schießen).

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Falls vorhanden, einen großen Schaumstoffwürfel verwenden.
- ▶ Gültige Treffer können nur von innerhalb des Schussfeldes erzielt werden.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.

## THEMA: SPASS UND MOTIVATION MIT DER FUSSBALL-OLYMPIADE



### HAUPTTEIL 2:

## DISZIPLIN 4 – TORSCHUSS- VERFOLGUNG

### ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Teams weiter verwenden
- ▶ Das Feld vor dem Tor jetzt als Ballkontrollfeld nutzen
- ▶ Zusätzlich vor und seitlich vom Ballkontrollfeld je 1 Starthütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler jeder Mannschaft an den Starthütchen verteilen
- ▶ Die Spieler am zentralen Starthütchen haben je 1 Ball

### ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando läuft der erste Spieler vom seitlichen Hütchen in das Ballkontrollfeld und erhält vom ersten Ballbesitzer der jeweils anderen Mannschaft ein Zuspiel.
- ▶ Der Passempfänger nimmt kurz an und schießt auf das Tor ab.
- ▶ Der Zuspieler läuft seinem Abspiel nach und versucht, den Passempfänger vor dem Torabschluss abzuschlagen.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.
- ▶ Jeder erzielte Treffer und jedes Abschlagen ergeben 1 Punkt für die jeweilige Mannschaft.

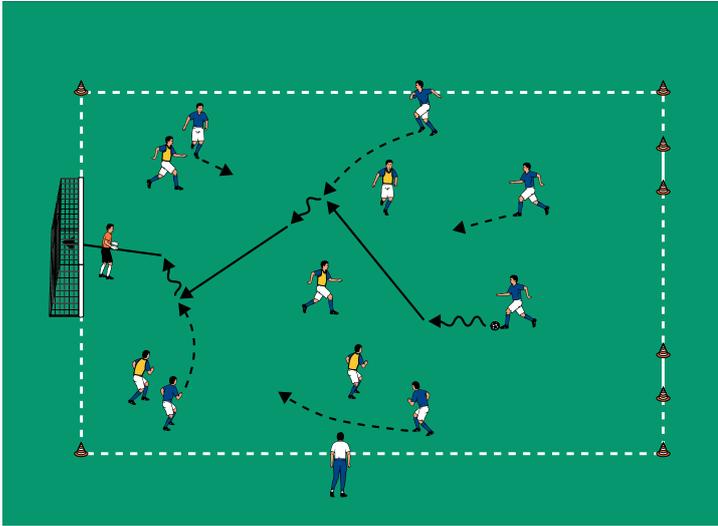
### VARIATIONEN

- ▶ Den Ball mit den Händen ins Ballkontrollfeld rollen.
- ▶ Aus der Hand hoch ins Ballkontrollfeld zuwerfen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Distanz des zentralen Starthütchens zum Ballkontrollfeld variieren und so die Zeit für die Ballkontrolle im Feld verlängern oder verkürzen.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.
- ▶ Als Trainer stets auf präzise Zuspiele achten.

## THEMA: SPASS UND MOTIVATION MIT DER FUSSBALL-OLYMPIADE



### SCHLUSSTEIL:

### DISZIPLIN 5 – SPIEL

#### ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 25 Meter großes Spielfeld mit 1 Tor und zwei 2 Meter großen Hütchentoren markieren
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Das jeweilige Verteidiger-Team stellt 1 Torhüter

#### ABLAUF

- ▶ 6 gegen 5 plus Torhüter auf das Tor und die beiden Hütchentore.
- ▶ Spielzeit: 4-mal 5 Minuten.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben tauschen.
- ▶ Welches Team hat zum Schluss die meisten Treffer erzielt?

#### VARIATIONEN

- ▶ Gültige Treffer an den Hütchentoren können nur per Dribbling durch die Hütchentore erzielt werden.
- ▶ Die Spielrichtung nach jedem Treffer sofort wechseln. Das erfolgreiche Team bleibt in Ballbesitz.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Angreifer auf das Tor mit Torhüter die Überzahl-Situation ausnutzen und mit wenigen Kontakten zielstrebig nach vorne kombinieren.
- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereithalten.
- ▶ Die Torhüter regelmäßig wechseln.