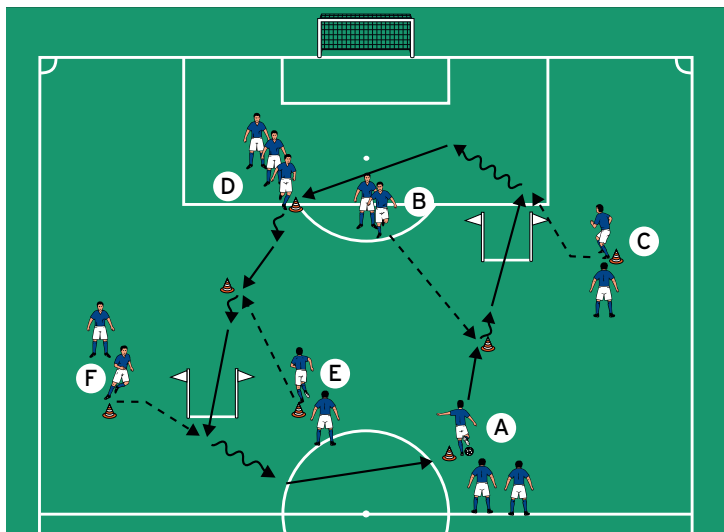


THEMA: SPIELZÜGE GEZIelt EINSTUDIEREN



AUFWÄRMEN 1:

ENTGEGENKOMMEN, MITNEHMEN UND PASSEN

ORGANISATION

- Einen Parcours mit 2 Stangentoren und Hütchen aufbauen.
- Die Spieler auf die Positionen verteilen.

ABLAUF

- A passt zum diagonal entgegenkommenden B, der kurz an- und mitnimmt und durch das Hütchentor auf den in die Tiefe startenden C spielt.
- C nimmt ebenfalls mit und passt auf D.
- D passt zum diagonal entgegenkommenden E, der kurz an- und mitnimmt und durch das Hütchentor auf den in die Tiefe startenden F spielt.
- F nimmt ebenfalls mit und passt zum jeweils nächsten Spieler bei A usw.

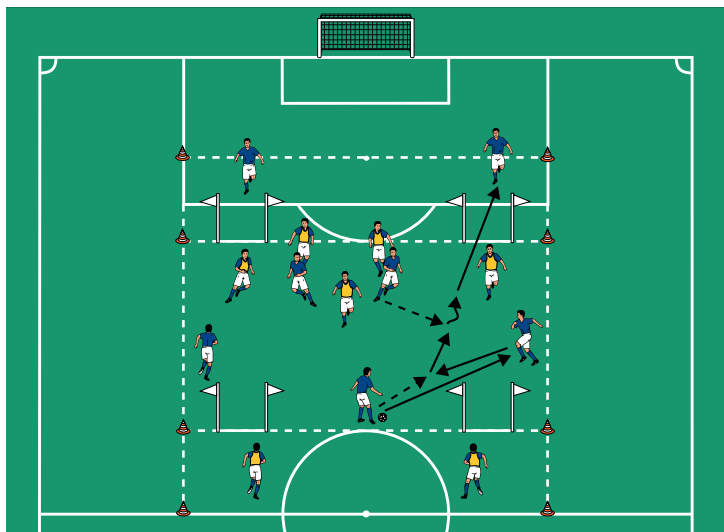
VARIATIONEN

- Den Parcours über die jeweils andere Seite aufbauen.
- B muss per Direktpass auf C weiterleiten.
- Mit 2 Bällen gleichzeitig spielen: Die jeweils ersten Spieler bei A und D haben je 1 Ball.

TIPPS UND KORREKTUREN

- B soll jeweils nach einer Gegenbewegung mit Schulterblick entgegenstarten.
- In die Vorwärtsdrehung an- und mitnehmen und möglichst bereits mit dem nächsten Kontakt auf den Flügel spielen.
- C soll sich zunächst auf Höhe des Stangentores bewegen, ehe er explosiv in die Tiefe startet.

THEMA: SPIELZÜGE GEZIelt EINSTUDIEREN



AUFWÄRMEN 2:

VERTIKALPÄSSE AUF ZIELSPIELER

ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 25 Meter großes Feld markieren.
- ▶ Zwei 10 Meter breite Zielzonen errichten.
- ▶ Auf den Grundlinien 4 Stangentore aufstellen.
- ▶ 2 Teams einteilen.
- ▶ Jedes Team stellt 2 Zielspieler, die sich jeweils in den Zielzonen aufstellen.

ABLAUF

- ▶ 5 plus 2 gegen 5 plus 2.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, einen der eigenen Zielspieler in der jeweiligen Zone anzuspielen (= 1 Punkt).
- ▶ Ein Zuspiel durch eines der Stangentore zählt doppelt.

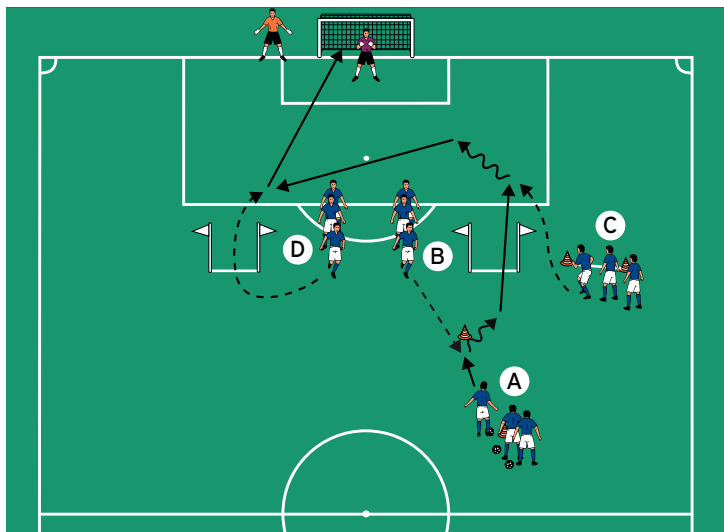
VARIATIONEN

- ▶ Die Feldgröße in der Tiefe vergrößern.
- ▶ Im 4 gegen 4 auf je 3 Zielspieler spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Ballbesitzer sollen die Breite und Tiefe des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Den finalen Passweg in die Zielzone mit einem schnellen Kombinationsspiel gezielt herausspielen.
- ▶ Die Zielspieler nach einiger Zeit wechseln.

THEMA: SPIELZÜGE GEZIELT EINSTUDIEREN



HAUPTTEIL 1:

SPIELZUG MIT TORABSCHLUSS I

ORGANISATION

- ▶ Die beiden Stangentore am Strafraum beibehalten.
- ▶ Positionshütchen markieren.
- ▶ Auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter errichten.
- ▶ Zentrale Stürmerpaare, Mittelfeldspieler und Außenspieler benennen und jeweils auf den Positionen verteilen.

ABLAUF

- ▶ A passt auf den diagonal entgegenkommenden B, der das Zuspiel in die Drehung mitnimmt und durch das rechte Stangentor in den Strafraum passt.
- ▶ C startet in die Tiefe und nimmt in Richtung Tor mit.
- ▶ Gleichzeitig läuft D durch das andere Stangentor vor das Tor.
- ▶ C passt auf D, der auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Anschließend rücken alle Spieler eine Position weiter.

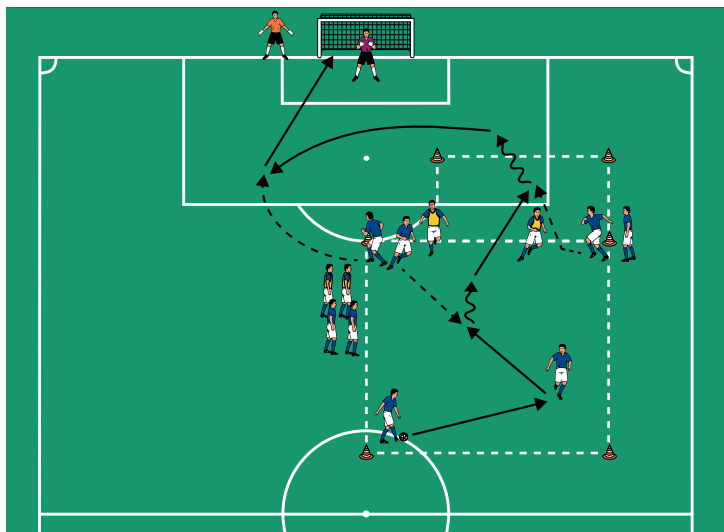
VARIATIONEN

- ▶ C darf frei entscheiden, ob er auf D ablegt oder selbst auf das Tor mit Torhüter abschließen möchte.
- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.
- ▶ 1 Verteidiger bestimmen und im Strafraum aufstellen: C und D spielen im 2 gegen 1 bis zum Torabschluss.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bestenfalls nimmt der Passempfänger mit einem Fuß mit und passt mit dem jeweils anderen in den Strafraum.
- ▶ C darf nicht zu früh in die Tiefe starten.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

THEMA: SPIELZÜGE GEZIELT EINSTUDIEREN



HAUPTTEIL 2:

SPIELZUG MIT TORABSCHLUSS II

ORGANISATION

- ▶ Das Tor mit Torhüter beibehalten.
- ▶ Davor auf einer Seite ein 25 x 25 großes Feld abstecken.
- ▶ Eine 15 x 10 Meter großes Zielfeld markieren.
- ▶ Auf der Schnittstelle von Strafraumlinie und Halbkreis eine Stange aufstellen.
- ▶ Angreifer und Verteidiger bestimmen

ABLAUF

- ▶ 5 gegen 2 im Feld.
- ▶ Die Angreifer versuchen, auf einen ins Zielfeld startenden Mitspieler zu passen.
- ▶ Mit dem Pass ins Zielfeld dürfen die Angreifer vor das Tor nachrücken.
- ▶ Der Passempfänger im Zielfeld darf entscheiden, ob er selbst auf das Tor mit Torhüter abschließen oder auf einen nachrückenden Mitspieler ablegen möchte.
- ▶ Nach einigen Durchgängen die Positionen und Aufgaben wechseln.

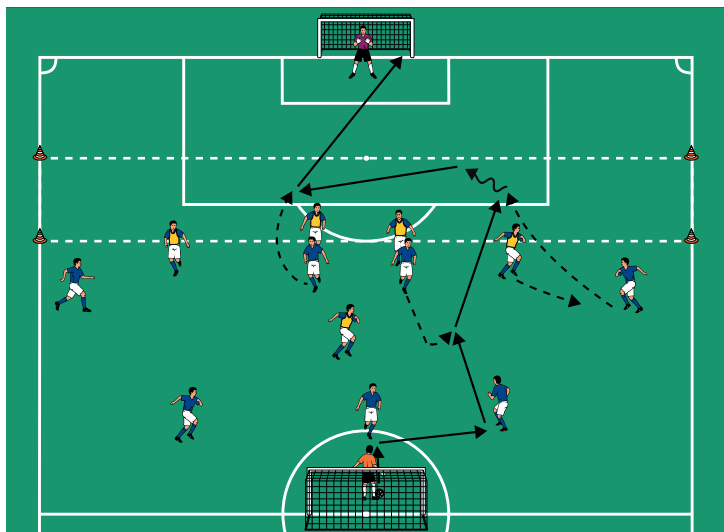
VARIATIONEN

- ▶ 3 Verteidiger bestimmen und im 5 gegen 3 spielen.
- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass der zentrale Stürmer mit maximalem Tempo entgegenstartet.
- ▶ Der zentrale Stürmer soll möglichst mit 2 Kontakten ins Zielfeld passen (annehmen, spielen).
- ▶ Auf ein korrektes Timing des Außenspielers beim Hereinstarten ins Zielfeld achten.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

THEMA: SPIELZÜGE GEZIET EINSTUDIEREN



SCHLUSSTEIL:

VERTIKALPÄSSE AUF EINEN AUSSENSPIELER IM 7 GEGEN 5

ORGANISATION

- ▶ Auf einer Feldhälfte ein Spielfeld mit Toren mit Torhütern markieren.
- ▶ An der Strafraumgrenze eine 10 Meter tiefe Zielzone markieren.
- ▶ 7 Angreifer und 5 Verteidiger bestimmen.

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 5 mit dem Ziel, zu einem in die Zielzone startenden Mitspieler zu passen.
- ▶ Mit dem Pass in die Zielzone freies Spiel bis zum Torabschluss.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie auf das gegenüberliegende Tor.

VARIATIONEN

- ▶ 2 Teams bilden und im 6 gegen 6 spielen.
- ▶ Die Zielzone entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer sollen die Breite und Tiefe des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Mit einem schnellen Kombinationsspiel die Gasse zum Vertikalpass herausspielen.
- ▶ Der zentrale Stürmer soll jeweils diagonal mit maximalem Tempo entgegenstarten und die Zuspiele fordern.
- ▶ Zielstrebig abschließen!