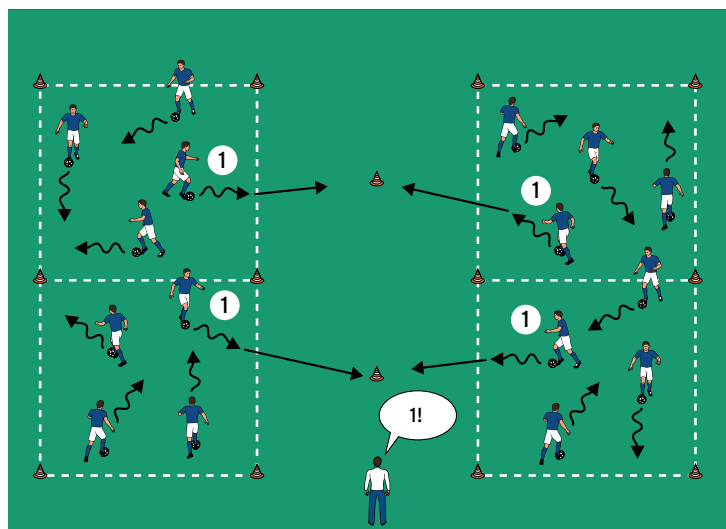


THEMA: TECHNISCHE UND INDIVIDUALTAKTISCHE SCHWERPUNKTE KREATIV VERPACKEN



AUFWÄRMEN 1

ZIELSCHIESSEN I

ORGANISATION

- ▶ 4 Felder markieren.
- ▶ Zwischen je 2 Feldern 1 Zielhütchen aufstellen.
- ▶ 4 Gruppen bilden.
- ▶ Die Spieler nummerieren.

ABLAUF

- ▶ Die Spieler bewegen sich frei mit Ball im Feld.
- ▶ Auf ein Trainerkommando müssen die aufgerufenen Spieler den Ball aus dem Feld so nah wie möglich an das Hütchen heran spielen.
- ▶ Der Spieler, dessen Ball näher an das Hütchen kommt, erhält für seine Gruppe 1 Punkt.
- ▶ Nach je 2 Minuten 2 Gruppen das Feld tauschen lassen.

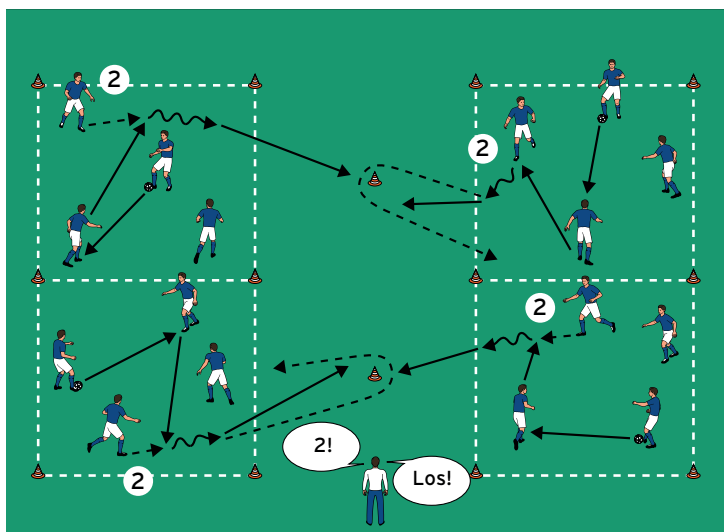
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler sollen sich jonglierend durch das Feld bewegen.
- ▶ Nun muss entsprechend aus dem Jonglieren Richtung Hütchen gepasst werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Diese Aufwärmform kann speziell in motivierenden Einheiten zum Saisonende eingesetzt werden.
- ▶ Es treten jeweils die gegenüberliegenden Gruppen gegeneinander an.

THEMA: TECHNISCHE UND INDIVIDUALTAKTISCHE SCHWERPUNKTE KREATIV VERPACKEN



AUFWÄRMEN 2

ZIELSCHIESSEN II

ORGANISATION

- Den Aufbau beibehalten.
- Pro Feld 1 Ball bereitlegen.

ABLAUF

- Die Spieler passen sich innerhalb der Gruppe zu.
- Auf ein Trainerkommando muss zum aufgerufenen Spieler gepasst werden.
- Dieser spielt ihn wie gehabt so nah wie möglich an das Zielhütchen.
- Die beiden Verlierer müssen auf ein zweites Kommando um das Zielhütchen herumlaufen und ins Feld zurückkehren.
- Der Spieler, der zuletzt das Feld erreicht, erhält für seine Mannschaft 1 Minuspunkt.

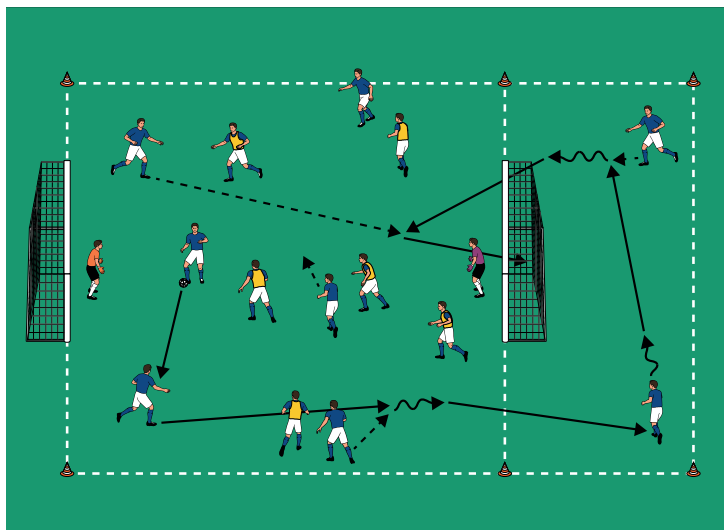
VARIATIONEN

- Der Ball darf das Zielhütchen nicht berühren.
- Der Zielstoß muss spätestens im dritten Kontakt erfolgen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- In die Wertung kommen die Zielstöße der gegenüber stehenden Gruppen.
- Wenn deutlich ist, welche beiden Spieler zum Lauf antreten müssen, kann der Trainer das Kommando geben.

THEMA: TECHNISCHE UND INDIVIDUALTAKTISCHE SCHWERPUNKTE KREATIV VERPACKEN



HAUPTTEIL 1

KREATIV-SPIEL I

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit 2 Toren errichten.
- ▶ Hinter einem der beiden Tore 1 Assist-Zone markieren.
- ▶ 1 Angriffsmannschaft mit 8 Spielern und 1 Verteidigungsmannschaft mit 6 Spielern bilden.

ABLAUF

- ▶ 2 Spieler der Angriffsmannschaft positionieren sich in der Assist-Zone.
- ▶ Jede Aktion wird vom Torhüter der Angriffsmannschaft eröffnet.
- ▶ Freies Spiel 6 gegen 6 im Feld.
- ▶ Die Angreifer dürfen die Mitspieler in der Assist-Zone einbinden, die ohne Gegnerdruck ablegen können.
- ▶ Die Spielzeit beträgt jeweils 4 Minuten.

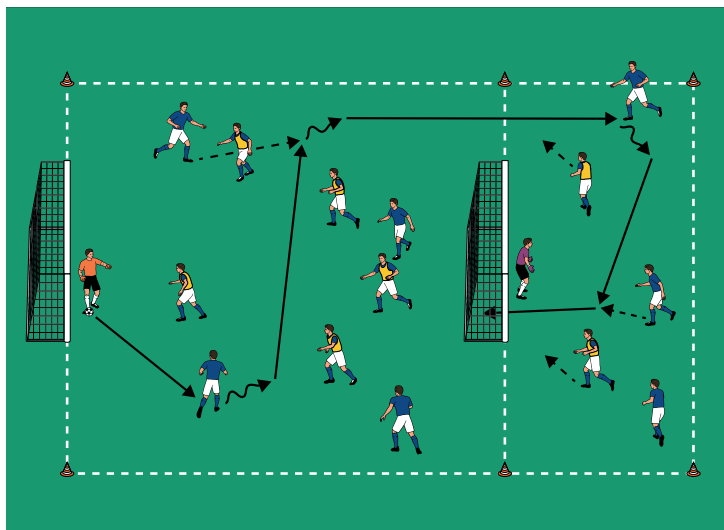
VARIATIONEN

- ▶ Tore nach Zuspiel aus der Assist-Zone zählen doppelt.
- ▶ Die Torhüter beider Mannschaften können die Aktionen starten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler in der Assist-Zone können sich den Ball auch untereinander zuspielen.
- ▶ Die Angreifer können den Abschluss auch ohne Zuspiel in die Assist-Zone suchen.
- ▶ Die Vorlagenspieler können eigenständig tauschen.

THEMA: TECHNISCHE UND INDIVIDUALTAKTISCHE SCHWERPUNKTE KREATIV VERPACKEN



HAUPTTEIL 2

KREATIV-SPIEL II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Das Tor vor der Assist-Zone umdrehen.
- ▶ 2 gleichgroße Mannschaften bilden.
- ▶ 3 Angreifer und 2 Verteidiger in der Assist-Zone postieren.

ABLAUF

- ▶ Der Torhüter der Angriffsmannschaft startet jede Aktion und die Angreifer im Feld versuchen, in die Assist-Zone zu passen.
- ▶ Hier müssen die 3 Angreifer gegen 2 Verteidiger den Torabschluss suchen.
- ▶ Erobern die Verteidiger in der Aufbauzone den Ball, so können sie sofort einen Konter starten.
- ▶ Nach jeweils 2 bis 3 Minuten werden die Spieler in der Assist-Zone ausgetauscht.

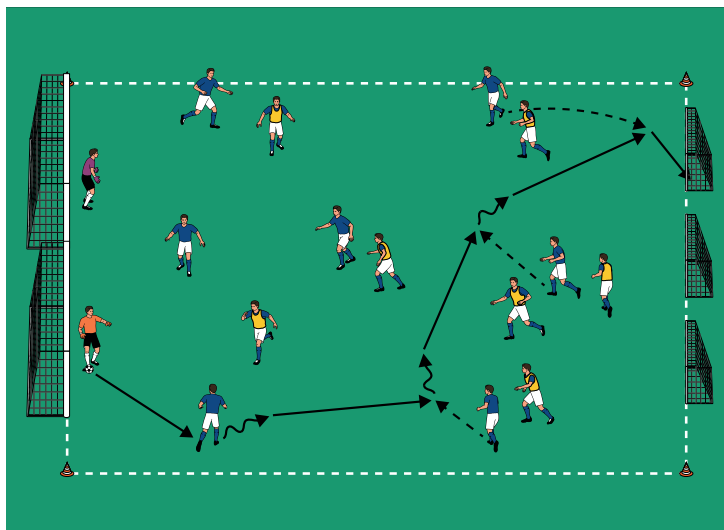
VARIATIONEN

- ▶ Tore in der Assist-Zone zählen doppelt.
- ▶ Tore der Verteidigungsmannschaft zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Trainer sollte die Spieler darauf hinweisen, dass sie im Bereich des umgedrehten Tores aufmerksam sein sollen.
- ▶ Hier sollten Zweikämpfe vermieden werden.
- ▶ Zum Saisonabschluss können durchaus Spielformen zur Anwendung kommen, die keinen direkten Spielbezug haben.

THEMA: TECHNISCHE UND INDIVIDUALTAKTISCHE SCHWERPUNKTE KREATIV VERPACKEN



SCHLUSSTEIL

FÜNF-TORE-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit 2 großen und 3 Minitoren errichten.
- ▶ 2 gleichgroße Mannschaften bilden.
- ▶ Die Tore mit Torhütern besetzen.

ABLAUF

- ▶ Freies Spiel 7 gegen 7 plus Torhüter.
- ▶ Die Angreifer spielen auf die beiden Großtore, während die andere Mannschaft versucht, den Ball in die Minitore zu passen.
- ▶ Jede Aktion wird von den Grundlinien aus gestartet.
- ▶ Nach 5 Minuten tauschen die beiden Mannschaften die Seiten.

VARIATIONEN

- ▶ Tore dürfen nur abwechselnd auf eines der beiden Tore erzielt werden.
- ▶ Treffer in die Minitore zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Es wird ohne Einwürfe gespielt.
- ▶ An den Grundlinien sollten ausreichend Bälle bereitgelegt werden, um eine schnelle Spielfortsetzung zu gewährleisten.
- ▶ Die Minitore können auch durch Hütchen- bzw. Stangentore ersetzt werden.