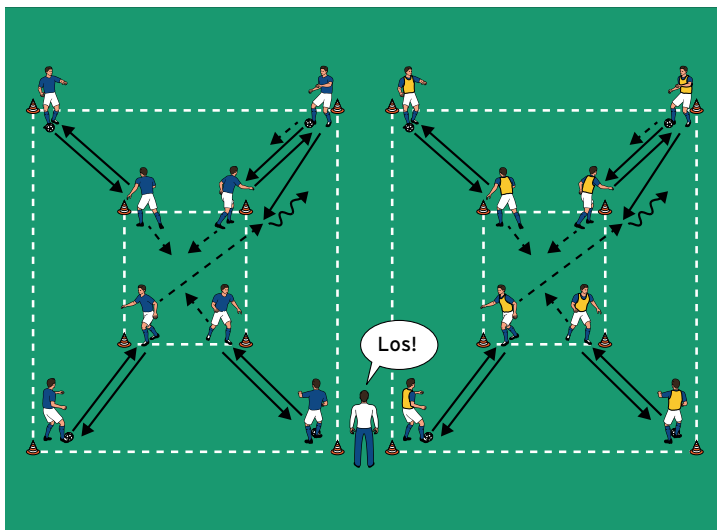


THEMA: IM SPIEL MIT VIERERKETTE GESCHLOSSEN VERSCHIEBEN



AUFWÄRMEN 1:

PASSQUADRAT

ORGANISATION

- ▶ Nebeneinander 2 identische Pass-Stationen mit 1 Außen- und 1 Innenfeld errichten.
- ▶ 2 Gruppen bilden und die Spieler den vorgegebenen Positionen zuweisen.
- ▶ Die Außenspieler haben je 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando fordern die Innenspieler ein Zuspiel und lassen den Ball prallen.
- ▶ Anschließend laufen sie zum diagonal gegenüberliegenden Hütchen, fordern ein weiteres Zuspiel und nehmen zur Außenposition an und mit.
- ▶ Die Passgeber nehmen daraufhin die Positionen an den inneren Hütchen ein usw.

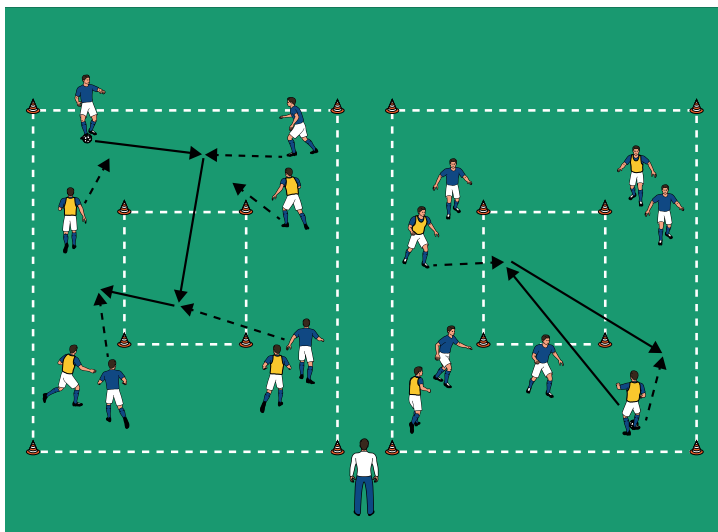
VARIATIONEN

- ▶ Grundablauf wie zuvor. Jetzt nehmen die Passempfänger das zweite Zuspiel durch das kleine Hütchenquadrat zum hinteren Starthütchen an und mit.
- ▶ Nur mit rechts/links passen und dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Zuspiele möglichst direkt prallen lassen.
- ▶ Möglichst zielgenau zuspielen.
- ▶ Den Kopf vom Ball heben und kreuzenden Spielern ausweichen.
- ▶ Jede Aktion auf ein Trainerkommando gleichzeitig starten.
- ▶ Das Tempo schrittweise steigern.

THEMA: IM SPIEL MIT VIERERKETTE GESCHLOSSEN VERSCHIEBEN



AUFWÄRMEN 2:

SPIEL IM PASSQUADRAT

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau aus Aufwärmen 1 beibehalten.
- ▶ 4 Teams zu je 4 Spielern bilden.
- ▶ 2 Teams pro Feld.

ABLAUF

- ▶ In beiden Feldern 4 gegen 4 auf Ballhalten.
- ▶ Die Innenfelder dürfen jeweils nur von einem Spieler der Ballbesitzer betreten werden.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, einen Mitspieler im inneren Feld anzuspielen.
- ▶ Dieser darf jedoch nur im Direktspiel agieren.
- ▶ Jede Kombination (Doppelpass oder "Spiel über den Dritten") mit dem Spieler im kleinen Hütchenquadrat ergibt 1 Punkt.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt zuerst 5 Punkte?

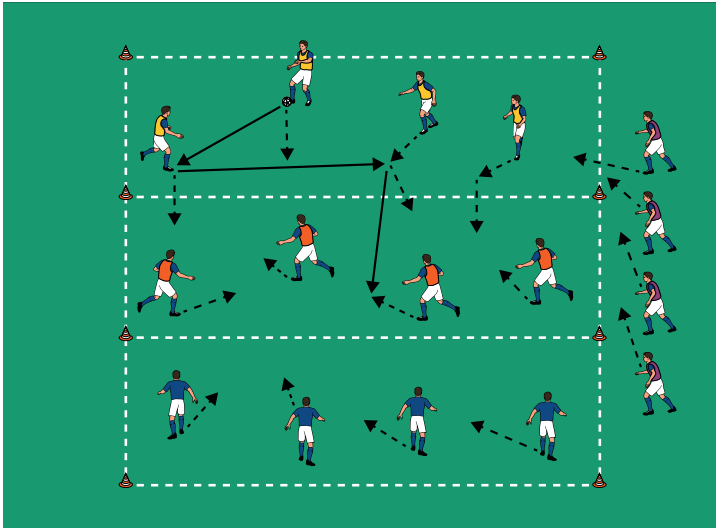
VARIATIONEN

- ▶ Zusätzlich zu den Kombinationen mit einem Spieler im kleinen Hütchenquadrat können die Ballbesitzer auch mit 8 Zuspielen in Folge in den eigenen Reihen 1 Punkt erzielen.
- ▶ Das kleine Hütchenquadrat darf nicht betreten werden. Jeder Pass zum Mitspieler durch das Hütchenquadrat ergibt 1 Punkt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ausreichend Ersatzbälle bereitlegen, um längere Pausen zu vermeiden.
- ▶ 2 Durchgänge organisieren und die Gewinner und Verlierer aus beiden Feldern gegeneinander antreten lassen.
- ▶ Die Spielfeldgröße der Anzahl und dem Leistungsstand der Spieler anpassen.

THEMA: IM SPIEL MIT VIERERKETTE GESCHLOSSEN VERSCHIEBEN



HAUPTTEIL 1:

ZONENSPIEL

ORGANISATION

- ▶ Die Mannschaften beibehalten.
- ▶ Ein 30 x 30 Meter großes Spielfeld markieren und in 3 Zonen unterteilen.
- ▶ 3 Teams jeweils den Zonen zuweisen.
- ▶ Das vierte Team pausiert außerhalb.
- ▶ Eines der äußeren Teams hat 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer passen sich in ihrer Zone in den eigenen Reihen zu und versuchen, durch die mittlere Zone zu einem Spieler in der gegenüberliegenden Außenzone zu passen.
- ▶ Das Team in der mittleren Zone versucht, dies durch ballorientiertes Verschieben und Zustellen der Passwege zu verhindern.
- ▶ Jeder Pass durch die mittlere Zone ergibt 1 Punkt für die beiden äußeren Teams.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so rückt die Mannschaft, die den Ballverlust verursacht hat, in die Mitte.
- ▶ Die Verteidiger tauschen mit dem pausierenden Team die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Welche Mannschaft erzielt zuerst 10 Punkte?

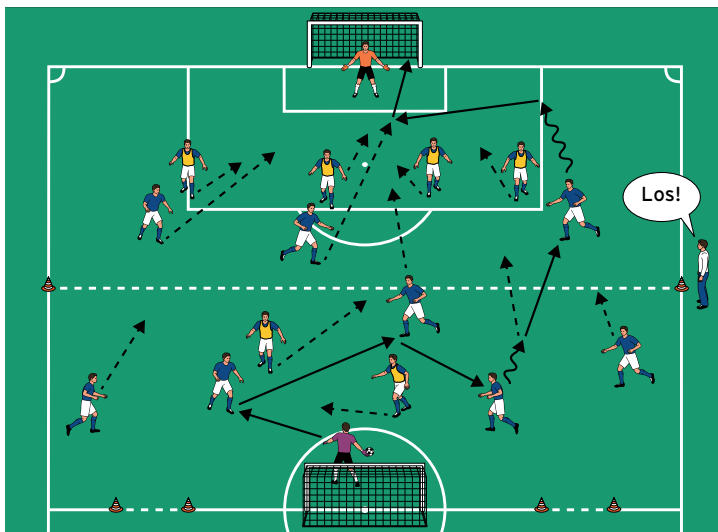
VARIATIONEN

- ▶ Die Ballkontakte in den äußeren Zonen begrenzen: Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen innerhalb von 15 Sekunden zur anderen Seite gepasst haben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nur flache Zuspiele durch die mittlere Zone zulassen.
- ▶ Im Spielaufbau die gesamte Spielfeldbreite nutzen und mit schnellen Zuspielen Passwege für den Schnittstellenpass öffnen.
- ▶ Zuspiele ins Aus ebenfalls als Fehlpass werten.

THEMA: IM SPIEL MIT VIERERKETTE GESCHLOSSEN VERSCHIEBEN



HAUPTTEIL 2:

SPIEL MIT NACHRÜCKEN

ORGANISATION

- ▶ Auf einer Feldhälfte ein Spielfeld mit Toren mit Torhütern errichten.
- ▶ Zusätzlich auf einer Grundlinie seitlich vom Tor 2 Hütchenlinien abstecken.
- ▶ Die Mittellinie markieren.
- ▶ 8 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen.
- ▶ 5 Angreifer und 2 Verteidiger in der Aufbauzone sowie 3 Angreifer und 4 Verteidiger in der Angriffszone postieren.

ABLAUF

- ▶ Jede Aktion wird vom Torhüter der Angreifer gestartet.
- ▶ Die Ballbesitzer spielen zunächst in der eigenen Hälfte im 5 gegen 2 auf Ballhalten.
- ▶ Auf ein Trainerkommando versuchen die Ballbesitzer, zu einem Mitspieler in der anderen Hälfte zu spielen.
- ▶ Gelingt dies, so versuchen die Angreifer im 3 gegen 4 auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie sofort auf das gegenüberliegende Großtor oder über eine der beiden Hütchenlinien.

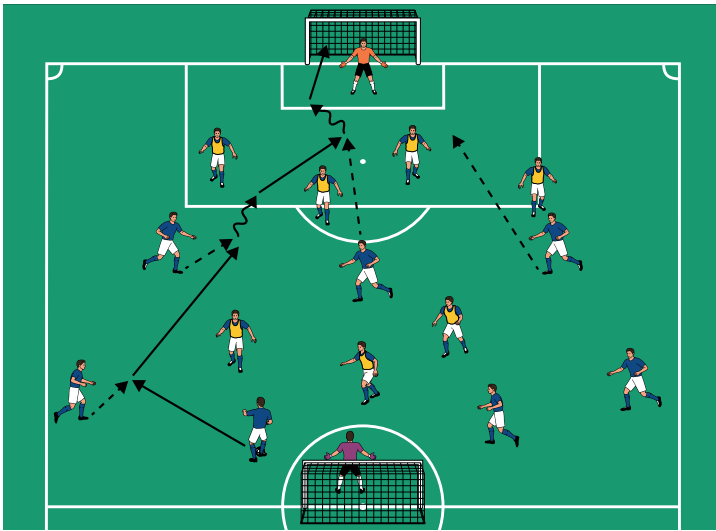
VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Mit dem Anspiel zu einem Mitspieler in der gegnerischen Hälfte dürfen alle Spieler ihre Zonen auch verlassen: 8 gegen 6 bis zum Torabschluss.
- ▶ 2 Teams bilden und im 7 gegen 7 spielen (je 4 Verteidiger und 3 Angreifer in beiden Feldhälften).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler dürfen ihre Zonen zunächst nicht verlassen.
- ▶ Die Zonenzuteilung der Verteidiger entspricht einer Grundaufstellung im 4-2-System (Viererkette mit 2 defensiven Mittelfeldspielern).
- ▶ Die Angreifer bauen aus einer Viererkette mit 1 defensiven Mittelfeldspieler auf.
- ▶ Bei beiden Mannschaften ein aktives Coaching einfordern.

THEMA: IM SPIEL MIT VIERERKETTE GESCHLOSSEN VERSCHIEBEN



SCHLUSSTEIL:

SPIEL MIT VORGABEN

ORGANISATION

- ▶ Das Feld weiter verwenden.
- ▶ Die Mittellinie und die beiden Hütchenlinien entfernen.
- ▶ 2 Teams zu je 7 Spielern bilden.
- ▶ Beide Teams im 4-3-System aufstellen.

ABLAUF

- ▶ 7 gegen 7 in der vorgegebenen Grundordnung auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ 3 Durchgänge zu je 6 Minuten spielen.
- ▶ Welche Mannschaft gewinnt die meisten Durchgänge?

VARIATIONEN

- ▶ Die Ballbesitzer dürfen mit maximal 3 Kontakten spielen.
- ▶ Die vorgegebenen Grundformationen auflösen und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Das freie Spiel mit taktischen Schwerpunkten bietet den Spielern die Gelegenheit, die Inhalte aus dem Hauptteil bestmöglich anzuwenden.
- ▶ Hier agieren beide Mannschaften mit einer Viererkette und 3 Angreifern.
- ▶ Bei taktischem Fehlverhalten das Spiel sofort unterbrechen und gemeinsam mit den Spielern die Korrekturen erarbeiten.