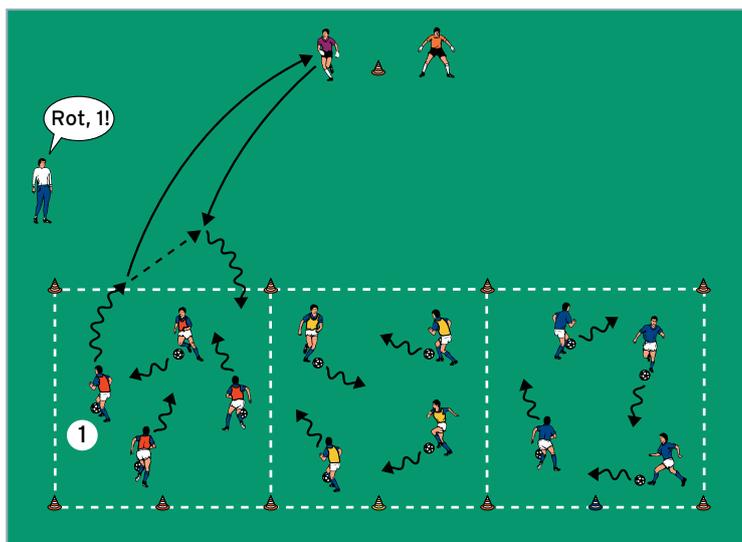


AUFWÄRMEN 1: Nummern-Flugbälle

von Marcus Sorg (16.06.2015)



Organisation

- 3 Felder markieren und farblich kennzeichnen
- 1 Zielhütchen aufstellen
- 3 Gruppen bilden und den Feldern zuweisen
- Die Spieler durchnummerieren
- Jeder Spieler hat 1 Ball
- Die Torhüter am Zielhütchen postieren

Ablauf

- Die Spieler dribbeln jeweils frei durch ihr Feld.
- Der Trainer ruft eine Farbe und eine Nummer auf.
- Der aufgerufene Spieler dribbelt sofort aus dem Feld und spielt einen Flugball zu einem Torhüter.
- Dieser fängt den Ball und wirft per Abwurf zurück.
- Anschließend dribbeln die Spieler zurück ins Feld.

Variationen

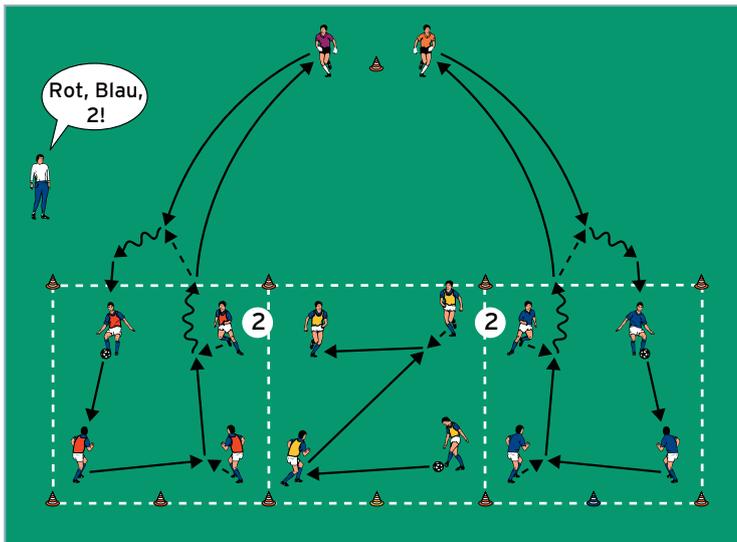
- Auf dem Rückweg ins Feld eine Finte ins Dribbling einbauen.
- 2 Spieler aufrufen und einen Wettbewerb durchführen: Der Spieler, der zuerst wieder das eigene Feld erreicht, erhält 1 Punkt für die Mannschaftswertung.

Tipps und Korrekturen

- Die Torhüter sollten sich möglichst nah am Zielhütchen aufstellen.
- Darauf achten, dass die Ballbesitzer präzise zuspielen.
- In den Feldern mit lockerem Tempo dribbeln. Auf das Trainerkommando jedoch sofort das Tempo wechseln.
- Beim Aufruf von jeweils 2 Spielern zuvor festlegen, wer zu welchem Torwart spielt.

AUFWÄRMEN 2: Flugball-Duell

von Marcus Sorg (16.06.2015)



Organisation

- Den Aufbau und die Gruppen beibehalten
- Pro Gruppe 1 Ball

Ablauf

- Die Spieler passen sich jeweils frei in den eigenen Reihen zu.
- Der Trainer ruft 2 Farben und 1 Zahl auf und startet so die Aktion.
- Die aufgerufenen Teams müssen jetzt schnellstmöglich zum vorgegebenen Mitspieler passen.
- Dieser spielt einen Flugball zu einem Torhüter und erhält sofort ein Zuspiel per Abwurf zurück.
- Jetzt passen die Spieler erneut in den eigenen Reihen, bis jeder Mitspieler mindestens einmal am Ball war.
- Die Mannschaft, die zuerst fertig ist, ruft 'Stop' und erhält 1 Punkt.

Variationen

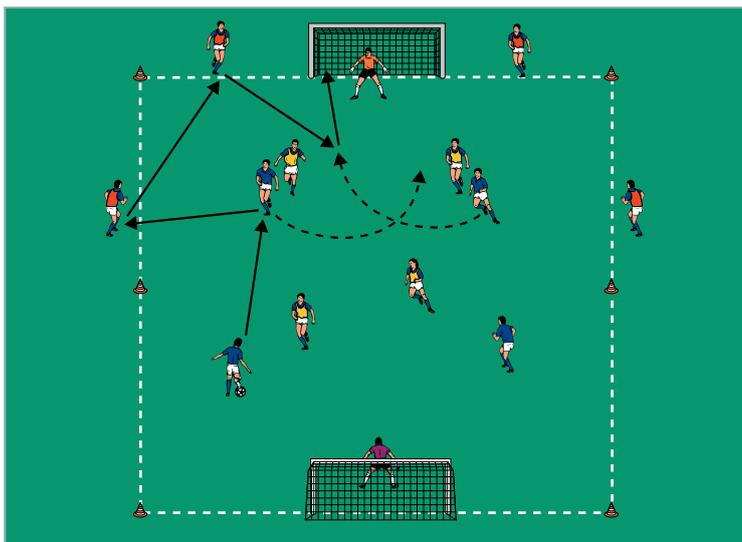
- Der letzte Spieler, der im Feld angespielt wird, muss 5-mal jonglieren, um die Aktion zu beenden.
- Vor jedem Abspiel eine Finte einbauen.

Tipps und Korrekturen

- Die erstgenannte Mannschaft spielt auf Torhüter 1 usw.
- Darauf achten, dass die Spieler lautstark kommunizieren und auch deutlich angeben, wenn sie die Aktion beendet haben.

HAUPTTEIL 1: 4 gegen 4 plus 4 I

von Marcus Sorg (16.06.2015)



Organisation

- Ein Feld mit 2 großen Toren mit Torhütern errichten
- Die Mittellinie markieren
- 3 Mannschaften bilden
- 2 Teams im Feld postieren
- Die pausierende Mannschaft agiert als Anspieler

Ablauf

- 4 gegen 4 auf die Tore mit Torhütern
- Spielzeit: 2-mal 2 Minuten.
- Jedes Team erhält für 2 Minuten das Angriffsrecht und darf in dieser Zeit die Anspieler einbeziehen.
- Ohne Ecken und Einwürfe spielen. Jede Aktion wird von den Torhütern aus gestartet.
- Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.

Variationen

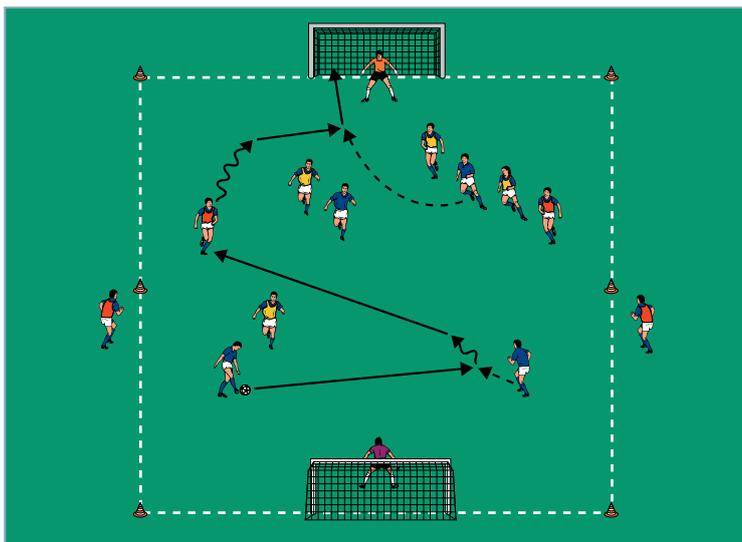
- Die Anspieler müssen direkt spielen.
- Die Anspieler dürfen nicht untereinander kombinieren.

Tipps und Korrekturen

- In der Halbzeitpause die Seiten wechseln.
- Jeweils ausreichend Ersatzbälle in den Toren bereithalten.

HAUPTTEIL 2: 4 gegen 4 plus 4 II

von Marcus Sorg (16.06.2015)



Organisation

- Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten

Ablauf

- Grundablauf wie zuvor.
- Jetzt rücken 2 Anspieler ins Feld.
- Alle Anspieler können jeweils von beiden Teams in den Angriff einbezogen werden.
- Die Anspieler an den Seiten dürfen mit maximal 3 Kontakten agieren.
- Die Anspieler im Feld dürfen selbst ebenfalls Treffer erzielen.
- Spielzeit: 2-mal 2 Minuten.
- Ein Turnier nach dem Modus 'jeder gegen jeden' durchführen.

Variationen

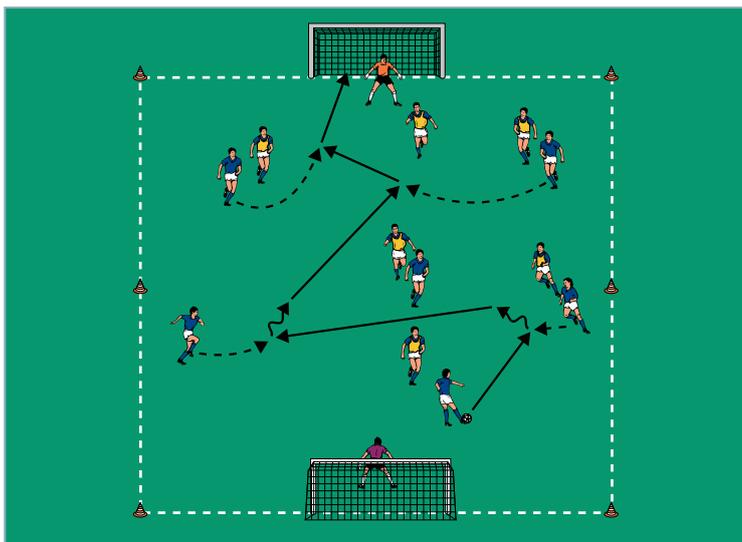
- Die Anspieler keine Treffer erzielen.
- Die Anspieler an den Seitenlinien müssen im Direktspiel agieren.

Tipps und Korrekturen

- Die Anspieler-Aufgabe erhält in dieser Spielform eine höhere Bedeutung.
- Die Anspieler tauschen nach jeweils 2 Minuten die Positionen und Aufgaben.

SCHLUSSTEIL: Team-Wechsel

von Marcus Sorg (16.06.2015)



Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Die beiden punktbesten Teams aus den Hauptteilen wählen abwechselnd Spieler von der drittplatzierten Mannschaft

Ablauf

- 6 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern
- Ohne Einwürfe und Ecken spielen.
- Alle Aktionen werden von den Torhütern aus gestartet.
- Spielzeit: 2-mal 4 Minuten.

Variationen

- Per Direktschuss erzielte Treffer zählen doppelt.
- Mit maximal 3 Kontakten spielen.

Tipps und Korrekturen

- Im Abschlusspiel finden die Ergebnisse der Kleinfeldspiele Berücksichtigung: Die drittplatzierte Mannschaft wird aufgelöst!
- Das erstplatzierte Team darf bei der Spielerwahl beginnen.