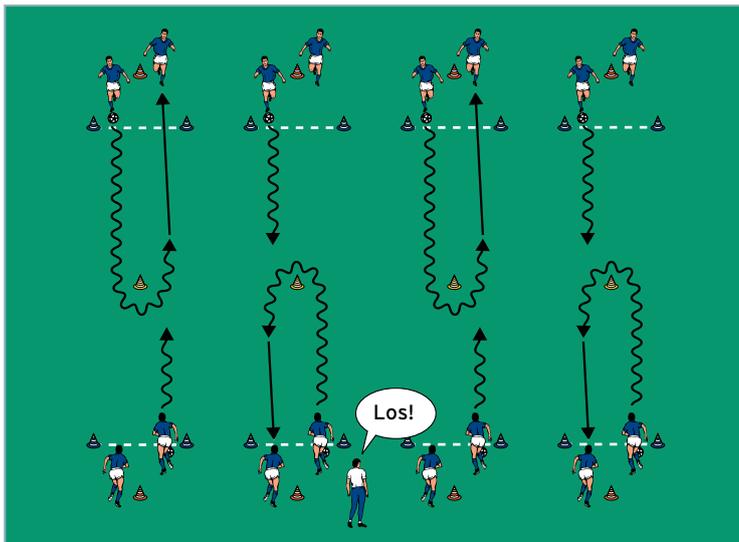


# AUFWÄRMEN 1: Passspiel-Tore

von Klaus Pabst (05.04.2016)



## Organisation

- 8 Starthütchen 20 Meter gegenüber markieren
- Vor jedem Starthütchen ein 2 Meter breites Hütchentor markieren und mittig zwischen den Hütchentoren jeweils einen Hütchenkegel aufstellen
- Jeweils 2 Spieler mit 1 Ball an jedem Starthütchen postieren

## Ablauf

- Die ersten Spieler mit Ball starten gleichzeitig, umdribbeln den Hütchenkegel, passen durch das Hütchentor zurück zum Mitspieler und laufen zum Starthütchen zurück.
- Die Passempfänger nehmen direkt ins Dribbling um den Hütchenkegel an und mit.

## Variationen

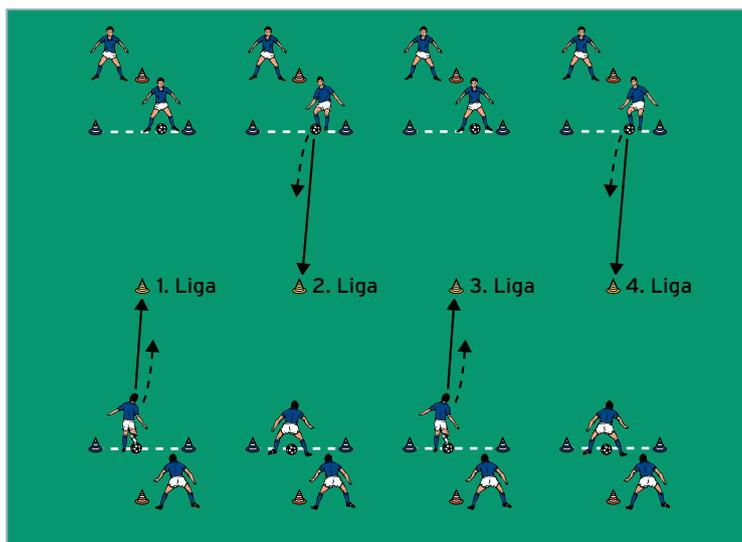
- Den Hütchenkegel von rechts/links umdribbeln und mit rechts/links passen.
- Den Ball in der Hand tragen und aus der Hand volley mit der Innenseite zuspiesen.
- Den Ball in der Hand tragen und aus der Hand volley mit dem Spann zuspiesen.
- Nach dem Pass zum Starthütchen gegenüber laufen.

## Tipps und Korrekturen

- Zielgenau durch das Hütchentor zum Mitspieler passen.
- Am Hütchenkegel orientieren, Zusammenstöße vermeiden und nach Umdribbeln des Hütchenkegels schnellstmöglich passen.
- Die Hütchentore vergrößern oder verkleinern und so das zielgenaue Passen erleichtern oder erschweren.
- Nach einer Übungsphase einen Wettkampf durchführen: Jedes Durchspielen der Hütchentore ergibt 1 Punkt. Welches Team gewinnt zuerst 10 Punkte?

# AUFWÄRMEN 2: Hütchen-Treffer

von Klaus Pabst (05.04.2016)



## Organisation

- Den Aufbau beibehalten
- Die einzelnen Felder mit den Hütchentoren als 1. Liga, 2. Liga, 3. Liga und 4. Liga bezeichnen
- Die beiden Spieler in einem Hütchentor bilden ein Team und treten gegen das Team gegenüber an.

## Ablauf

- Der erste Spieler eines Teams versucht mit einem Pass den Hütchenkegel zu treffen.
- Sobald der Spieler gepasst hat, holt er den Ball und der erste Spieler des anderen Teams passt.
- Jeder Treffer beim Hütchenkegel ergibt 1 Punkt.
- Nach jedem Durchgang steigt das siegreiche Team in die nächsthöhere Liga auf, das unterlegene eine Liga ab.

## Variationen

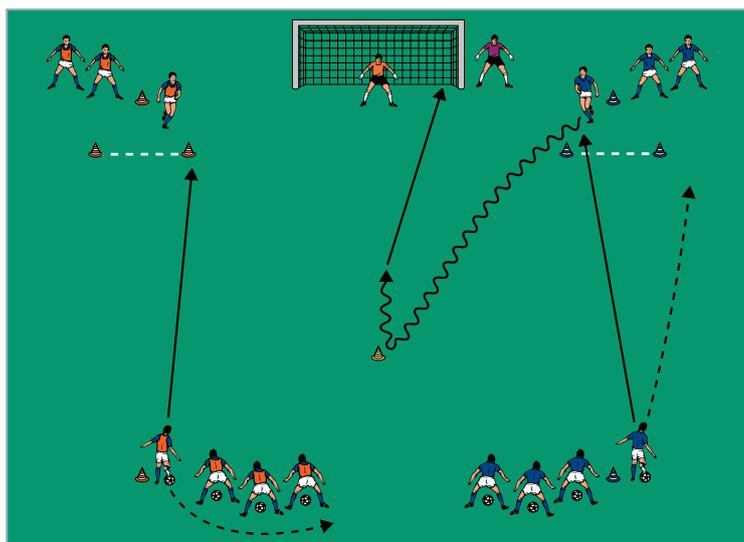
- Nur mit rechts/links passen.
- 2 Hütchen zwischen den Minitoren aufstellen.

## Tipps und Korrekturen

- Die Pässe stets von hinten durch das Hütchentor spielen.
- Trifft ein Spieler das mittlere Hütchen, stellt er es sofort wieder auf.
- Jedes Team zählt die gewonnen Punkte selbst mit. Bei Unentschieden den Gewinner per Los bestimmen.
- Mehrere Durchgänge von jeweils 3 Minuten spielen.

# HAUPTTEIL 1: Torschüsse gewinnen

von Klaus Pabst (05.04.2016)



## Organisation

- Neben einem Tor seitlich und 20 Meter gegenüber je 1 Starthütchen markieren und 5 Meter vor den tornahen Starthütchen ein 2 Meter breites Hütchentor aufstellen
- 15 Meter mittig vor dem Tor ein weiteres Hütchen markieren
- 2 Teams mit Torhütern einteilen und die Spieler jedes Teams an 2 Starthütchen gegenüber postieren, wobei die Spieler am torfernen Starthütchen Bälle haben

## Ablauf

- Die ersten Spieler mit Ball versuchen durch das Hütchentor zum Mitspieler zu passen.
- Passen die Spieler durch das Hütchentor, gewinnt der Mitspieler einen Torschuss und darf vom mittleren Starthütchen aus gegen den gegnerischen Torhüter auf das Tor schießen.
- Verfehlen die Spieler das Hütchentor, stellen sie sich am Starthütchen wieder an und der Mitspieler bleibt auf seiner Position.
- Welches Team erzielt mehr Treffer?

## Variationen

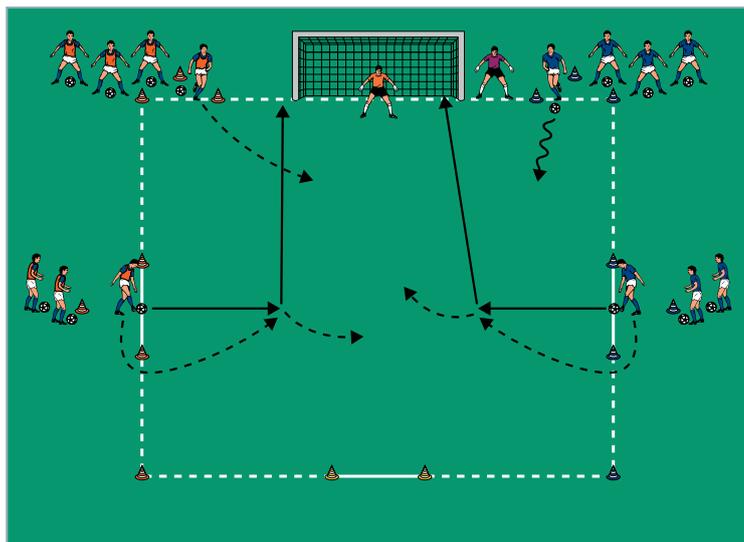
- Nur mit rechts/links passen.
- Die Hütchentore vergrößern/verkleinern.
- Die Distanz zu den Hütchentoren vergrößern/verkleinern.

## Tipps und Korrekturen

- Die erlaubten Ballkontakte bis zum Torschuss begrenzen oder eine Schussgrenze vor dem Tor markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.
- Pässe stets vom Starthütchen aus spielen und den Ball nicht weiter vorlegen.
- Bei einem erfolgreichen Passspiel durch das Hütchentor läuft der Passgeber seinem Abspiel zum anderen Starthütchen nach.
- Die Torhüter regelmäßig wechseln.

## HAUPTTEIL 2: Angriffe gewinnen

von Klaus Pabst (05.04.2016)



### Organisation

- Ein 10 x 20 Meter großes Spielfeld markieren
- Auf einer Grundlinie ein Tor und auf den anderen Linien mittig jeweils ein 2 Meter breites Hütchentor aufstellen
- Auf jeder Seite neben dem Tor und hinter den seitlichen Hütchentoren jeweils ein Starthütchen markieren
- 2 Teams mit Torhütern einteilen und die Spieler jedes Teams an einem Starthütchen postieren

### Ablauf

- Die ersten Spieler von den Starthütchen hinter den Hütchentoren starten nacheinander, durchspielen das Hütchentor, umlaufen es und schießen.
- Erzielt ein Spieler einen Treffer, dribbelt sein Mitspieler als Angreifer ins Feld und der andere gegnerische Spieler läuft als Verteidiger zum 2 gegen 2 nach.
- Die Angreifer greifen auf die 3 Hütchentore an und die Verteidiger kontern bei Ballgewinn auf das Tor mit Torhüter.

### Variationen

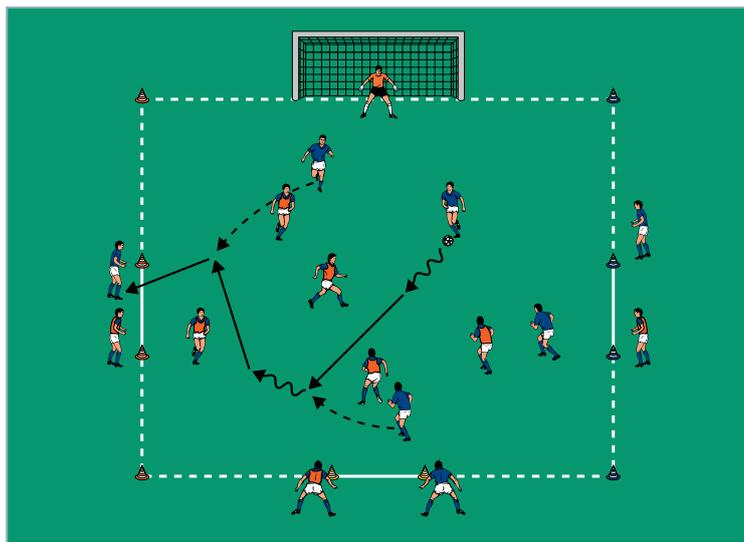
- Die Hütchentore vergrößern oder verkleinern.
- Sobald ein Ball verspielt wurde, als Trainer einen weiteren einspielen.

### Tipps und Korrekturen

- Der jeweils gegnerische Torhüter postiert sich im Tor und spielt mit den Angreifern zusammen.
- Nach Durchspielen des Hütchentores direkt mit dem nächsten Ballkontakt abschließen.
- Die Angreifer sollen variabel mit Spielverlagerungen auf alle 3 Hütchentore angreifen und die Hütchentore mit einem Pass durchspielen.
- Die Torhüter regelmäßig wechseln.

# SCHLUSSTEIL: Tore gewinnen

von Klaus Pabst (05.04.2016)



## Organisation

- Den Grundaufbau beibehalten
- Das Spielfeld auf 20 x 40 Meter vergrößern
- 2 Teams einteilen und hinter jedem Hütchentor einen Spieler jedes Teams postieren

## Ablauf

- Blau stellt einen Torhüter, verteidigt das Tor, greift auf die 3 Hütchentore an und versucht den Mitspieler dahinter anzuspielen.
- Rot verteidigt die Hütchentore und greift auf das Tor mit Torhüter an.
- Wird ein Mitspieler durch ein Hütchentor angespielt, wechseln die Teams sofort Spielrichtung, Aufstellung und Aufgabe.
- Welches Team erzielt insgesamt die meisten Treffer beim Tor?

## Variationen

- Mit maximal 3 Kontakten spielen.
- Die Spieler hinter den Hütchentoren agieren auch als Anspielstationen auf der jeweiligen Seitenlinie.
- Die Hütchentore vergrößern oder verkleinern.

## Tipps und Korrekturen

- Jedes Team bestimmt einen Kapitän, der die erzielten Treffer jeweils laut mitzählt.
- Beim Spiel auf die 3 Hütchentore die Spieler auf das taktische Mittel der Spielverlagerung hinweisen.
- Die Mannschaft, die auf das Tor angreift, agiert stets in Überzahl und soll jede Möglichkeit zum Torschuss nutzen.
- Die Torhüter und die Spieler hinter den Hütchentoren regelmäßig wechseln.