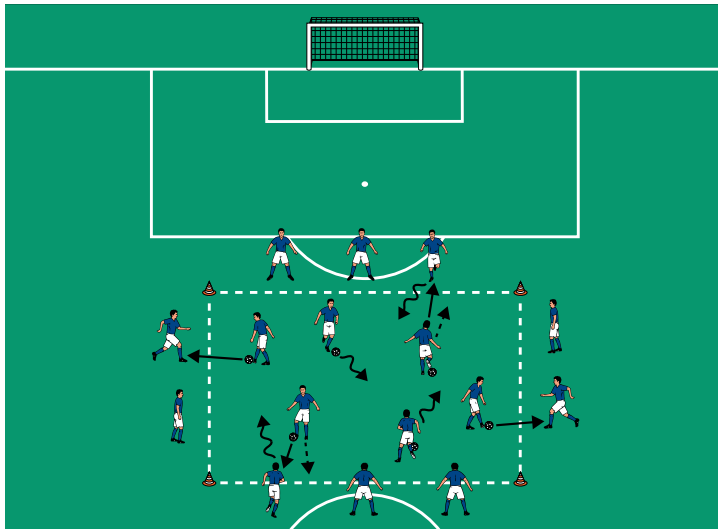


## THEMA: POSITIONSSPEZIFISCHE AUFGABEN ABSTIMMEN



### AUFWÄRMEN 1:

#### DRIBBELN UND PASSEN MIT AUFGABENWECHSEL

##### ORGANISATION

- ▶ Ein Feld markieren
- ▶ 10 Spieler an den Linien postieren
- ▶ Alle übrigen Spieler stellen sich mit je 1 Ball im Feld auf

##### ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln im Feld umher und suchen sich jeweils einen freien Spieler an einer Seitenlinie.
- ▶ Diesem passen sie zu.
- ▶ Die Passempfänger dribbeln ins Feld und tauschen mit den Passgebern die Positionen und Aufgaben.
- ▶ Anschließend suchen sich die neuen Ballbesitzer ebenfalls freie Außenspieler usw.

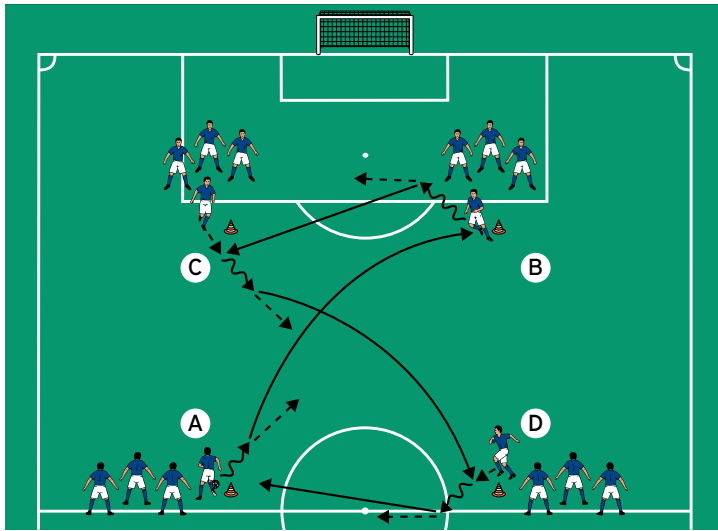
##### VARIATIONEN

- ▶ Der Außenspieler lässt das Zuspiel noch einmal prallen und erhält dann einen erneuten Pass, den er ins Feld an- und mitnimmt.
- ▶ Ohne Aufgabenwechsel spielen: Die Spieler im Feld spielen Doppelpässe mit den Außenspielern und suchen sich dann jeweils neue Spieler.
- ▶ Die Ballbesitzer haben maximal 3 Kontakte, um zum jeweils nächsten Außenspieler weiterzupassen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Eine enge Ballführung beim Dribbling fordern.
- ▶ Auf Blickkontakt vor den Zuspielen achten.
- ▶ Als Außenspieler jeweils nach vorne ins Feld an- und mitnehmen.

## THEMA: POSITIONSSPEZIFISCHE AUFGABEN ABSTIMMEN



### AUFWÄRMEN 2:

#### DIAGONALE SEITENWECHSEL

##### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Das Feld vergrößern
- ▶ Die Spieler an den Eckhütchen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

##### ABLAUF

- ▶ A spielt einen Flugball auf B, der das Zuspiel kontrolliert und zu C passt.
- ▶ C spielt einen Flugball auf D, der ebenfalls kurz an- und mitnimmt und zum jeweils nächsten Spieler bei A passt.
- ▶ Alle Spieler laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

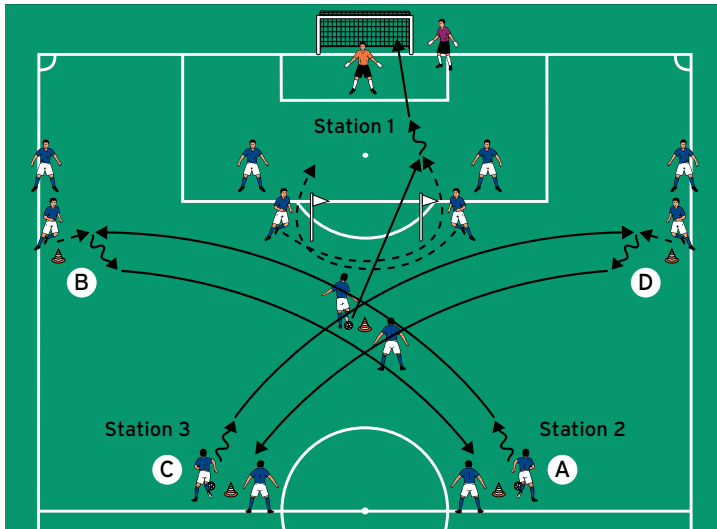
##### VARIATIONEN

- ▶ Die Feldgröße variieren.
- ▶ B und D spielen nach der Annahme zunächst zu A bzw. C zurück und erhalten dann das erneute Zuspiel in den Lauf.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf präzise Flugballe achten.
- ▶ Den Flugball jeweils in die Vorwärtsbewegung an- und mitnehmen.

## THEMA: POSITIONSSPEZIFISCHE AUFGABEN ABSTIMMEN



### HAUPTTEIL 1:

#### DIAGONALBÄLLE UND KREUZEN

##### ORGANISATION

- ▶ 3 Stationen aufbauen
- ▶ Station 1: Auf der Grundlinie 1 Tor markieren und vor dem Halbkreis 2 Stangen aufstellen
- ▶ Stationen 2 und 3: Jeweils am Mittelkreis und an beiden Seitenlinien Positionshütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen

##### ABLAUF STATION 1

- ▶ Die beiden Stürmer kreuzen um die Stangen herum.
- ▶ Anschließend passt der Startspieler einem Angreifer zum Torabschluss in den Lauf.
- ▶ Die Positionen nach einer Weile durchwechseln.

##### ABLAUF STATION 2 UND 3

- ▶ A und C spielen einen Diagonalball auf B bzw. D, die in die Vorwärtsbewegung an- und mitnehmen und anschließend per Diagonalball zur Startposition zurückspielen.

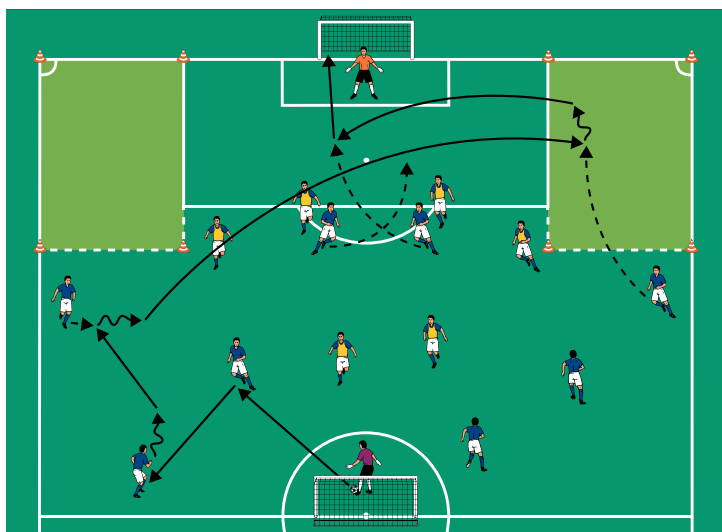
##### VARIATIONEN

- ▶ Bei Station 1 lässt der erste Passempfänger zunächst auf den Passgeber prallen, und der zweite Stürmer erhält das Zuspiel zum Torabschluss in den Lauf.
- ▶ Auf den Außenpositionen der Stationen 2 und 3 je 1 weiteren Spieler aufstellen: Die Passempfänger legen die Diagonalbälle quer ab, und die neuen Spieler passen jeweils zur Startposition zurück.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei Station 1 Blickkontakt aller beteiligten Spieler einfordern und zielstrebig abschließen.
- ▶ Auf den Stationen 2 und 3 präzise Flugbälle fordern.
- ▶ Die Flugbälle als Passempfänger jeweils in die Vorwärtsbewegung an- und mitnehmen.

## THEMA: POSITIONSSPEZIFISCHE AUFGABEN ABSTIMMEN



### SCHLUSSTEIL:

### DIAGONALBALL-SPIEL MIT AUßENZONEN

#### ORGANISATION

- ▶ Auf den Grundlinien einer Spielfeldhälfte 2 Tore mit Torhütern aufstellen
- ▶ In den Ecken neben einem Tor 2 Außenzonen errichten
- ▶ 8 Angreifer und 6 Verteidiger bestimmen

#### ABLAUF

- ▶ Jeder Angriff wird vom Torhüter an der Mittellinie gestartet.
- ▶ 8 gegen 6 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, einen Diagonalball in eine der Außenzonen zu spielen.
- ▶ Gelingt dies, so können sie versuchen, auf das gegnerische Tor abzuschließen.
- ▶ Die Verteidiger dürfen die Außenzonen nicht betreten.
- ▶ Gelingt es den Verteidigern, den Ball zu erobern, so kontern sie sofort auf das gegenüberliegende Tor mit Torhüter.

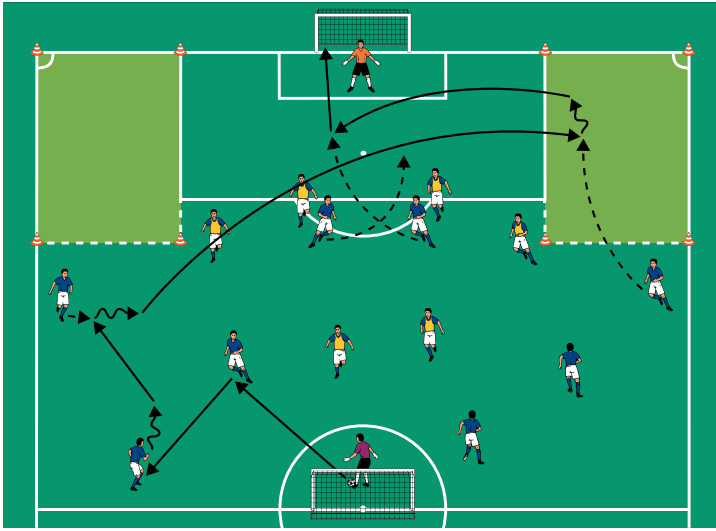
#### VARIATIONEN

- ▶ Feste Zielspieler in den Außenzonen bestimmen, 6 gegen 6 im Feld.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen in beide Außenzonen kombinieren, ehe sie auf das Tor mit Torhüter abschließen dürfen.
- ▶ Die Außenzonen entfernen und 2 Teams zu je 7 Spielern bilden. Zum Schluss frei spielen lassen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Geeignete Situationen für den Diagonalball gezielt herausspielen.
- ▶ Darauf achten, dass der Außenspieler den Diagonalball möglichst mit dem ersten Kontakt sofort in die Vorwärtsbewegung an- und mitnimmt.
- ▶ Die Stürmer sollen vor dem Tor kreuzen und gestaffelt in die Hereingabe hineinstarten.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

## THEMA: POSITIONSSPEZIFISCHE AUFGABEN ABSTIMMEN



### HAUPTTEIL 2:

## DIAGONALBÄLLE UND KREUZEN MIT TORABSCHLUSS

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Stationen zusammenführen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

### ABLAUF

- ▶ Im Wechsel über beide Seiten üben: A spielt einen Doppelpass mit B und spielt dann per Flugball auf C weiter.
- ▶ C nimmt in Richtung Grundlinie mit und flankt auf die um die Stangen kreuzenden Stürmer vor das Tor.
- ▶ Diese schließen auf das Tor mit Torhüter ab.

### VARIATIONEN

- ▶ Einen Verteidiger bestimmen, der versucht, den Torabschluss der Stürmer im Strafraum zu verhindern.
- ▶ B lässt auf den jeweils anderen Startspieler prallen, der einen Flugball zur jeweils anderen Seite spielt.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein präzises Prallenlassen von B achten, sodass der Ball sofort für den Flugball von A bereitliegt.
- ▶ Die Diagonalbälle möglichst in den Lauf von C zuspielen.
- ▶ Darauf achten, dass die beiden Stürmer nicht zu früh vor das Tor starten.
- ▶ Zielstrebig abschließen!