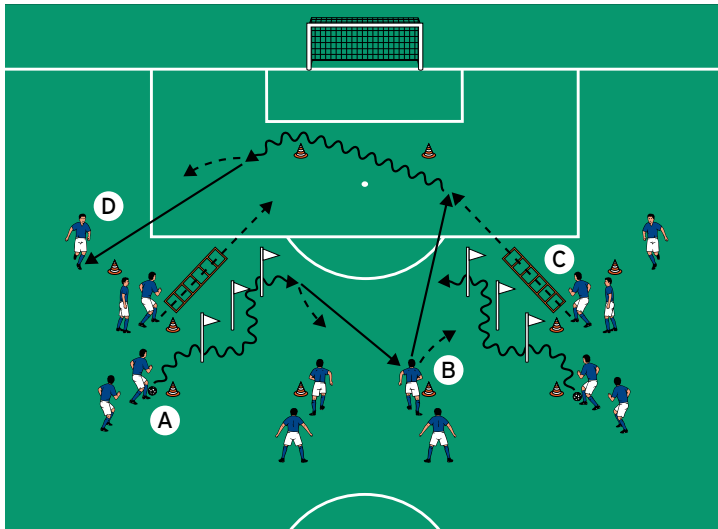


## THEMA: SPIELZUG AM STRAFRAUMECK



### AUFWÄRMEN 1:

### KOORDINATIONS-, DRIBBEL- UND PASSPARCOURS

#### ORGANISATION

- ▶ Mit Hütchen, Stangen und 2 Koordinationsleitern einen Parcours markieren
- ▶ Die Spieler auf die Positionen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A haben 1 Ball

#### ABLAUF

- ▶ Über beide Seiten gleichzeitig spielen: A dribbelt im Slalom um die Stangen und passt auf B.
- ▶ Gleichzeitig läuft C durch die Koordinationsleiter.
- ▶ B passt in den Lauf von C.
- ▶ Dieser nimmt nach vorne mit, umdribbelt das Wendehütchen und passt zu D.
- ▶ D nimmt kurz an und mit, passt zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter usw.
- ▶ Alle Spieler laufen ihrem Abspiel jeweils zur nächsten Position nach.

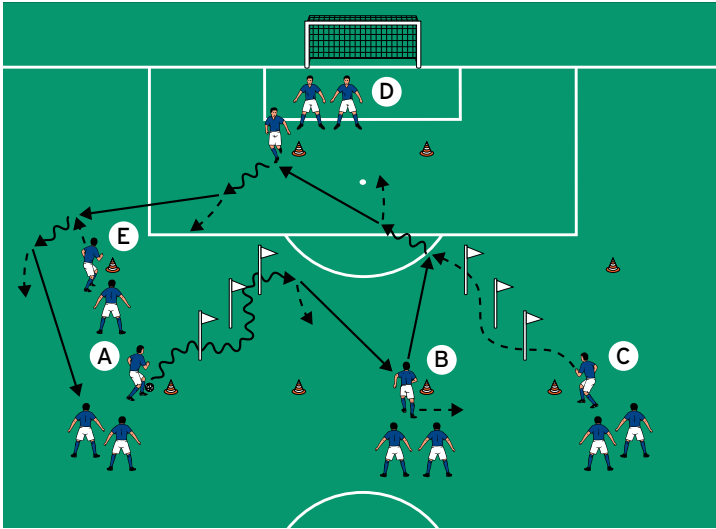
#### VARIATIONEN

- ▶ Nach einigen Durchgängen die Seiten wechseln.
- ▶ Zusätzlich zwischen den Hütchen im Strafraum 1 Stange aufstellen, die jeweils von beiden Spielern C mit einer Finte umdribbelt werden muss.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein gutes Timing bei den Zuspielen von B in den Lauf von C achten.
- ▶ Die Spieler müssen nach ihrem Abspiel aufmerksam zur jeweils nächsten Position laufen, um die Passkombinationen jeweils nicht zu behindern.
- ▶ Präzise Zuspiele in den Fuß bzw. den Lauf der Mitspieler fordern.

## THEMA: SPIELZUG AM STRAFRAUMECK



### AUFWÄRMEN 2:

### DRIBBELN UND PASSEN IM PARCOURS

#### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Die Koordinationsleiter entfernen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Der erste Spieler bei A hat 1 Ball

#### ABLAUF

- ▶ A dribbelt im Slalom um die Stangen und passt quer auf B.
- ▶ Gleichzeitig läuft C im Slalom um die Stangen auf der anderen Seite und erhält das Zuspiel von B.
- ▶ C nimmt in den Strafraum mit und passt auf D, der nach einem kurzen Dribbling zu E passt.
- ▶ E kontrolliert das Zuspiel in die Drehung nach hinten, passt zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter usw.
- ▶ Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach und stellen sich dort wieder an.

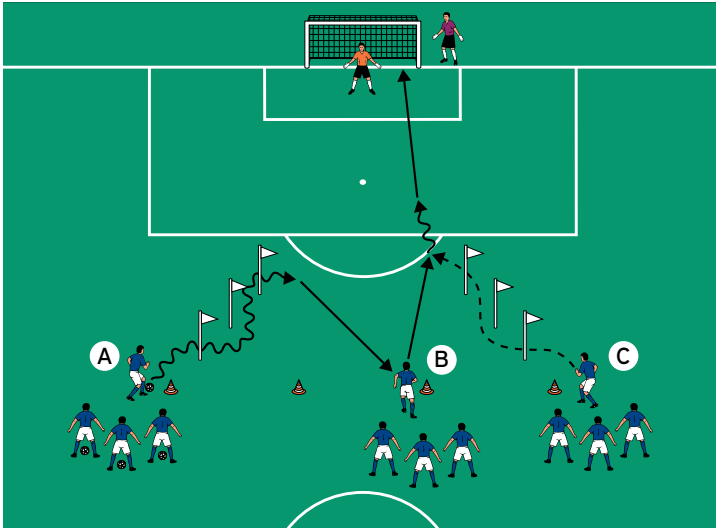
#### VARIATIONEN

- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.
- ▶ C spielt einen doppelten Doppelpass mit D, ehe dieser auf E weiterleitet.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass D sofort zur Seite in die Bewegung mitnimmt.
- ▶ E soll dem Zuspiel von D aktiv entgegenstarten und möglichst schon in offener Stellung an- und mitnehmen.
- ▶ Präzise Zuspiele in den Fuß bzw. in den Lauf der Mitspieler fordern.

## THEMA: SPIELZUG AM STRAFRAUMECK



### HAUPTTEIL 1:

## SPIELZUG MIT TORABSCHLUSS I

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Die Hütchen im Strafraum entfernen
- ▶ Auf der Grundlinie 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

### ABLAUF

- ▶ A dribbelt im Slalom durch die Stangen und passt quer auf B.
- ▶ Gleichzeitig läuft C im Slalom durch die Stangen.
- ▶ B lässt in den Lauf von C prallen.
- ▶ C nimmt in Richtung Tor an und mit und schließt ab.
- ▶ Alle Spieler rücken jeweils eine Position weiter.

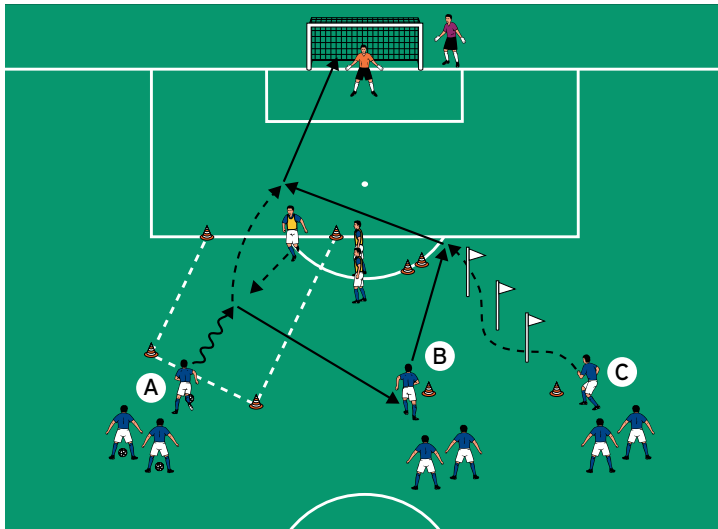
### VARIATIONEN

- ▶ Die Stangen mehr in Richtung der Strafraumecken verschieben.
- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Auf ein korrektes Timing im Zusammenspiel achten.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

## THEMA: SPIELZUG AM STRAFRAUMECK



### HAUPTTEIL 2:

## SPIELZUG MIT TORABSCHLUSS II

### ORGANISATION

- ▶ Grundaufbau wie zuvor
- ▶ Jetzt auf einer Seite anstelle der Stangen eine Zone markieren
- ▶ Angreifer und Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler bei A haben Bälle

### ABLAUF

- ▶ Der erste Spieler bei A dribbelt in die Zone und wird vom ersten Verteidiger gestellt.
- ▶ Kurz vor dem Verteidiger passt A zurück auf B, der auf den um die Stangen laufenden C spielt.
- ▶ Gleichzeitig startet A in den Strafraum und erhält das Zuspiel von C in den Lauf.
- ▶ A schießt auf das Tor mit Torhüter ab.
- ▶ Die Angreifer rücken zur jeweils nächsten Position weiter.

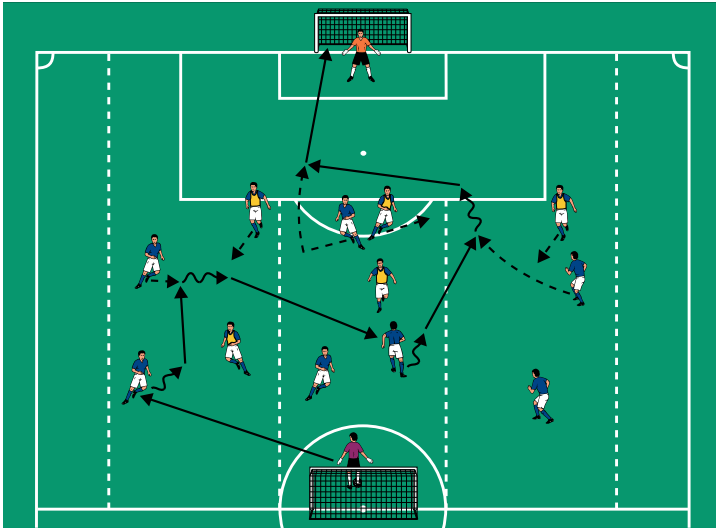
### VARIATIONEN

- ▶ Die Zone seitlich verschieben.
- ▶ Den Ablauf über die jeweils andere Seite durchführen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Verteidiger wechseln sich ab und dürfen jeweils nur in der Zone verteidigen.
- ▶ B muss versuchen, den Pass direkt vor den Strafraum in den Lauf von C zu spielen.
- ▶ Beim Querpas von C auf A auf Abseits achten.

## THEMA: SPIELZUG AM STRAFRAUMECK



### SCHLUSSTEIL:

### SPIEL MIT ZONENWECHSEL

#### ORGANISATION

- ▶ Ein 55 x 50 Meter großes Feld mit Toren mit Torhütern markieren
- ▶ Vor dem Strafraum 3 Längszonen abstecken
- ▶ 7 Angreifer und 5 Verteidiger bestimmen

#### ABLAUF

- ▶ 7 gegen 5 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen zunächst alle 3 Zonen bespielen, ehe sie zum Torabschluss in die Spitze passen dürfen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie sofort auf das gegenüberliegende Tor.

#### VARIATIONEN

- ▶ Die Verteidiger dürfen sich nur in der mittleren Zone sowie auf der Ballseite aufhalten.
- ▶ 2 Teams bilden und im 6 gegen 6 spielen.
- ▶ Die Zonen entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

#### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer sollen die Breite des Feldes vollständig nutzen.
- ▶ Der Außenspieler soll den gegnerischen Verteidiger möglichst mit einem Dribbling binden.
- ▶ Dabei soll er diagonal in Richtung Gegner-Tor dribbeln, um so auch den zentralen Mitspieler im Blick zu haben.
- ▶ Nach dem Zuspiel in die Tiefe zielstrebig abschließen!