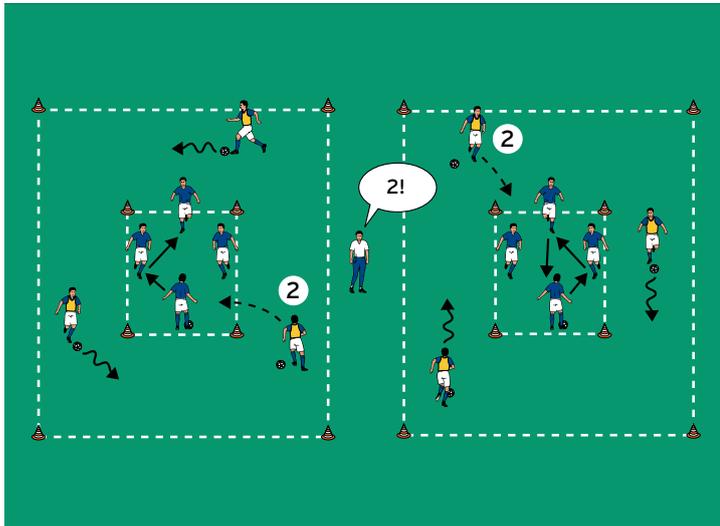


THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL IN TORNÄHE VERBESSERN



AUFWÄRMEN 1:

NUMMERN-STÖRSPIELER

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit jeweils 1 kleineren Hütchenquadrat in der Mitte markieren
- ▶ Pro Feld je 3 Störspieler benennen und diese durchnummerieren
- ▶ Die Störspieler haben je 1 Ball
- ▶ Je 4 Spieler mit 1 Ball in den kleinen Hütchenquadraten aufstellen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler in den Hütchenquadraten passen sich in der Gruppe zu.
- ▶ Die Störspieler dribbeln gleichzeitig frei außerhalb des Quadrats.
- ▶ Auf ein Trainerkommando läuft der aufgerufene Störspieler ohne Ball ins Quadrat und versucht, den Ball zu erobern.
- ▶ Die Spieler im Hütchenquadrat müssen nun möglichst viele Pässe im 4 gegen 1 spielen.
- ▶ Welche Gruppe spielt in 10 Sekunden die meisten Pässe?

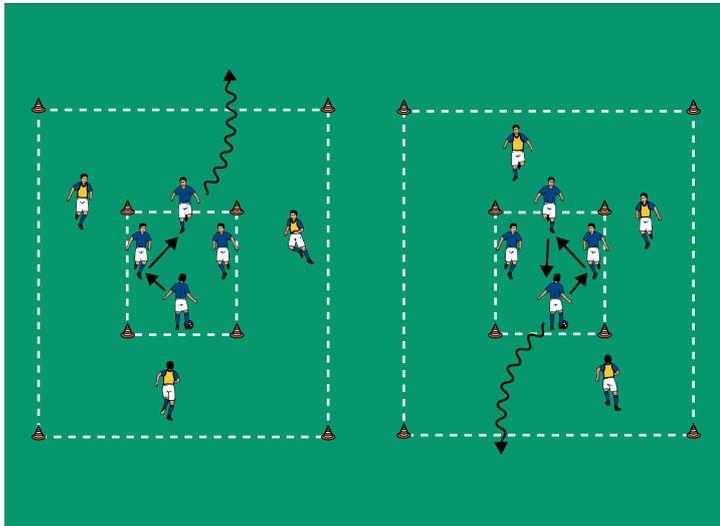
VARIATIONEN

- ▶ Die Kontaktanzahl im Hütchenquadrat variieren.
- ▶ Mit nur 2 Störspielern spielen und im Hütchenquadrat im 5 gegen 1 agieren.
- ▶ Die Störspieler dribbeln ins Quadrat.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Raum im 4 gegen 1 ist relativ eng. Dies dient zur Vorbereitung auf den Schwerpunkt der Trainingseinheit, das Herauspielen von Torchancen in engen Räumen vor dem Gegner-Tor.
- ▶ Die Störspieler nach jeweils 3 Aktionen wechseln.

THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL IN TORNÄHE VERBESSERN



AUFWÄRMEN 2:

PASS-DURCHBRUCH

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Die Störspieler jetzt ohne Ball außerhalb des kleinen Quadrats postieren

ABLAUF

- ▶ Die Spieler im Hütchenquadrat passen sich so lange zu, bis ein Spieler über eine Linie des großen Feldes dribbeln kann.
- ▶ Die Störspieler versuchen, den Dribbler abzuschlagen.
- ▶ Für jedes erfolgreiche Dribbling der Ballbesitzer über eine Linie erhalten diese 1 Punkt.

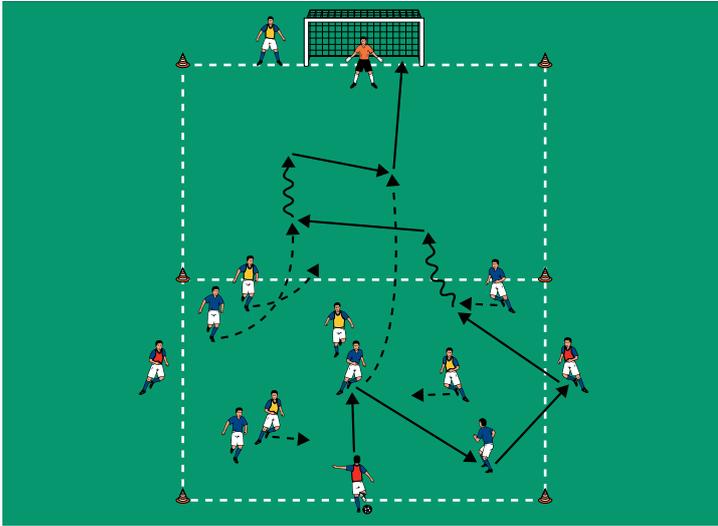
VARIATIONEN

- ▶ Die Aktion auf ein Trainerkommando starten.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen: In welchem Feld überdribbeln die Spieler zuerst eine Linie des Feldes?

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Störspieler können sich überall außerhalb des kleinen Feldes aufhalten.
- ▶ Die Spieler im Hütchenquadrat müssen sich gegenseitig aktiv coachen und darauf aufmerksam machen, wenn ein Durchbruch möglich ist.
- ▶ Die Störspieler regelmäßig wechseln.

THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL IN TORNÄHE VERBESSERN



HAUPTTEIL 1:

5 PLUS 3 GEGEN 4

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit 1 Tor mit Torhüter errichten
- ▶ Die Mittellinie markieren
- ▶ 5 Angreifer, 3 Anspieler und 4 Verteidiger benennen
- ▶ Die Spieler besetzen die vorgegebenen Positionen

ABLAUF

- ▶ Der Anspieler an der Grundlinie startet die Aktion durch ein Zuspield auf einen Angreifer.
- ▶ Die Angreifer versuchen, im Zusammenspiel mit den Anspielern in die Angriffshälfte zu kombinieren und dort einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so können sie zu einem der Anspieler passen und die Aktion beenden.

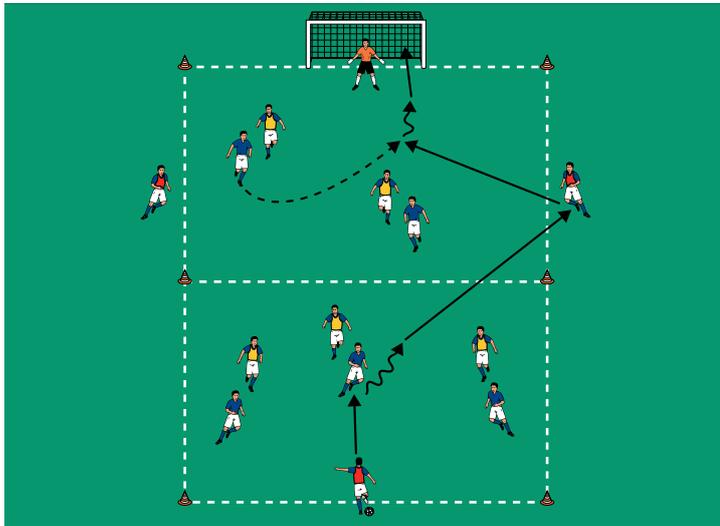
VARIATIONEN

- ▶ Die Anspieler müssen direkt spielen.
- ▶ Die Angreifer können nur per Zuspield in die Angriffshälfte gelangen.
- ▶ Die Angreifer können nur per Dribbling in die Angriffshälfte gelangen.
- ▶ Einen Wettbewerb durchführen (Tor der Angreifer = 1 Punkt, Eroberung der Verteidigung und Zuspield auf Anspieler = 1 Minuspunkt).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zu Beginn der Aktion darf sich kein Spieler in der Angriffshälfte postieren.
- ▶ Die Angreifer müssen die Überzahl nutzen, um in die Angriffshälfte zu passen.
- ▶ Gelingt dies, so sollen die Angreifer schnellstmöglich den Torabschluss suchen.
- ▶ Die Verteidiger und Anspieler regelmäßig wechseln.

THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL IN TORNÄHE VERBESSERN



HAUPTTEIL 2:

5 PLUS 3 GEGEN 5

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 Anspieler besetzen jetzt die Außenlinien in der Angriffshälfte

ABLAUF

- ▶ Der Anspieler an der Grundlinie startet durch ein Zuspiel auf einen Angreifer die Aktion.
- ▶ Die Angreifer versuchen, im Zusammenspiel mit den äußeren Anspielern gegen 5 Verteidiger einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so können sie zum Anspieler an der Grundlinie passen.

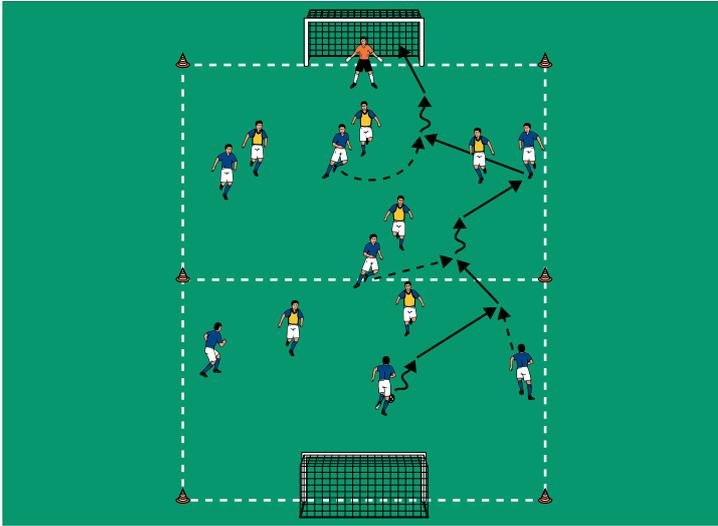
VARIATIONEN

- ▶ Tore nach einem Anspieler-Zuspiel zählen doppelt.
- ▶ Gültige Treffer können nur von innerhalb der Angriffshälfte erzielt werden.
- ▶ Der Anspieler von hinter der gegenüberliegenden Grundlinie muss zum Auftakt in die Angriffshälfte spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Vor jeder Aktion sollen sich mindestens 2 Angreifer und 2 Verteidiger in der Angriffshälfte postieren.
- ▶ Beim Freilaufen sollten die Angreifer die Positionen der Anspieler bedenken und darauf achten, mögliche Passwege nicht zuzulaufen.

THEMA: DAS ZUSAMMENSPIEL IN TORNÄHE VERBESSERN



SCHLUSSTEIL:

7 GEGEN 6

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 1 zusätzliches Tor auf der gegenüberliegenden Grundlinie aufstellen
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Blau erhält zunächst das Angriffsrecht
- ▶ Die Verteidiger stellen 1 Torhüter

ABLAUF

- ▶ Jede Aktion wird von der Grundlinie aus gestartet.
- ▶ Die Angreifer versuchen, im 7 gegen 6 in die Angriffshälfte zu kombinieren und dort einen Treffer zu erzielen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so können sie auf das leere Tor kontern.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 4 Minuten.

VARIATIONEN

- ▶ Kontertore sind nur aus der gegnerischen Hälfte möglich.
- ▶ Die Verteidiger müssen nach Balleroberung mit mindestens 3 Kontakten spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ In dieser Spielform müssen die Angreifer noch konzentrierter agieren, da die Verteidiger nach Ballgewinn ins leere Tor abschließen können.
- ▶ Dennoch sollen die Angreifer die Überzahl zielstrebig ausnutzen und eine Lücke zum Abschluss herauspielen.
- ▶ Auch wenn der Raum eng ist, müssen die Angreifer durch Läufe oder Dribblings den Weg in die Tiefe suchen.