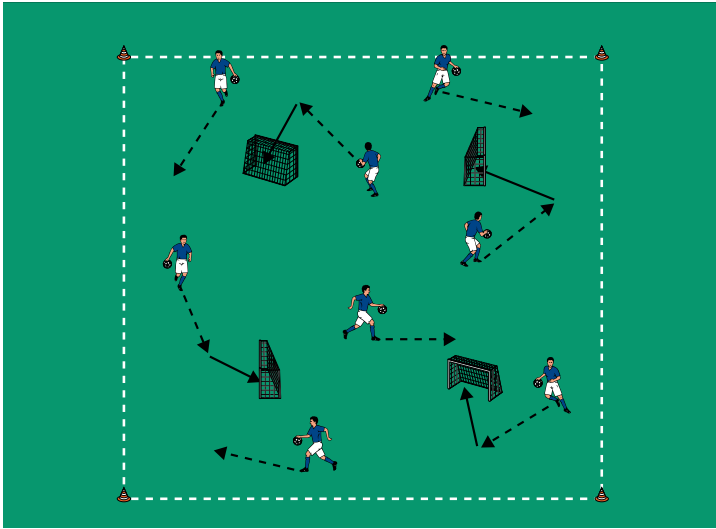


THEMA: IN KLEINEN SPIELFORMEN VARIANTENREICH TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 1:

MINITOR-WERFEN

ORGANISATION

- ▶ Ein 15 x 15 Meter großes Feld markieren.
- ▶ Darin 4 Minitore errichten.
- ▶ 1 Ball pro Kind.

ABLAUF

- ▶ Die Kinder prellen durch das Feld und werfen in die Minitore.

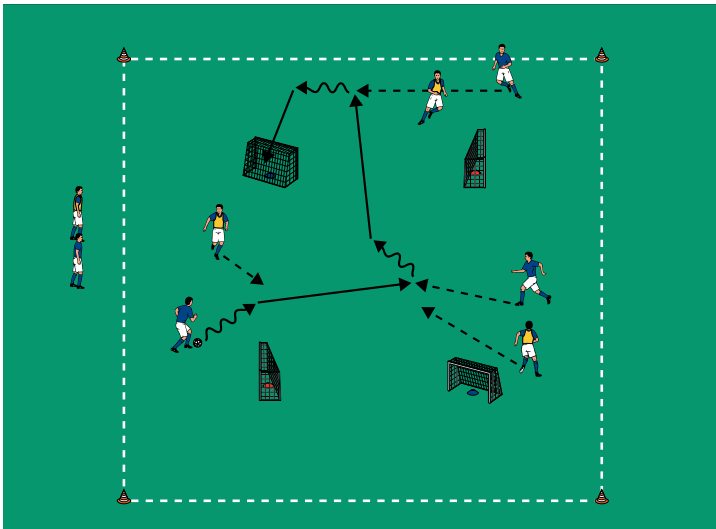
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: 1 Punkt pro Treffer. Wer sammelt die meisten Punkte?
- ▶ Nur mit der rechten/linken Hand prellen und werfen.
- ▶ Den Ball nach jedem Treffer mit einem anderen Kind tauschen.
- ▶ Den Ball rollen oder dribbeln.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Prollen und Werfen verbessern das Ballgefühl.
- ▶ Bewegungsabläufe aus anderen Sportarten ins Training übernehmen.
- ▶ Kleine Wettbewerbe motivieren die Kinder.

THEMA: IN KLEINEN SPIELFORMEN VARIANTENREICH TRAINIEREN



AUFWÄRMEN 2:

AUFTAKT-MITNAHME-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Die Tore gemäß Abbildung mit 2 Farben kennzeichnen.
- ▶ 2 Teams einteilen.

ABLAUF

- ▶ 3 gegen 3 mit Rotationsspielern auf je 2 farblich gekennzeichnete Tore.
- ▶ Bei Treffern und Seitenaus startet das Spiel mit Einpassen.
- ▶ Die Rotationsspieler nach jeden Treffer und bei Seitenaus wechseln.

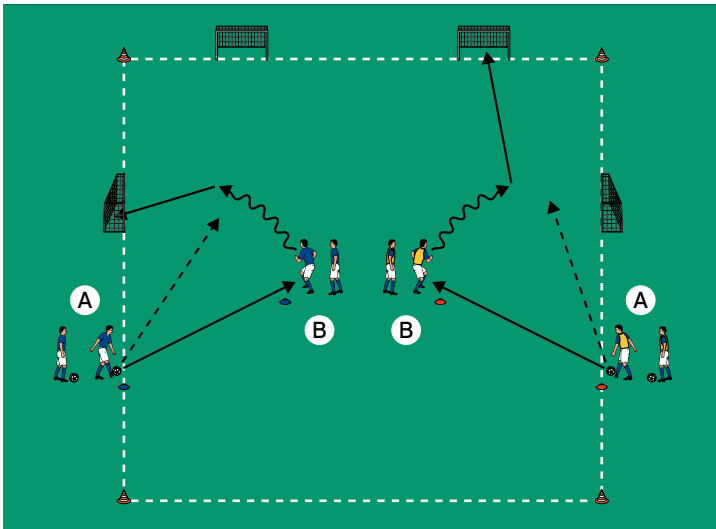
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer gewinnt das Spiel?
- ▶ Abwechselnd mit rechts/links passen und mitnehmen.
- ▶ Auf Trainerkommando den Teams neue Tore zuordnen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Mitnahme spielerisch üben.
- ▶ Mitnahme und Passen kombinieren.
- ▶ Bei der Mitnahme auf Beidfüßigkeit achten.

THEMA: IN KLEINEN SPIELFORMEN VARIANTENREICH TRAINIEREN



HAUPTTEIL 1:

1- GEGEN-1-MITNAHME I

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Die Minitore und 4 Positionshütchen gemäß Abbildung aufstellen.
- ▶ Die Teams auf die Positionen A und B verteilen, wobei die Spieler bei A Bälle haben.

ABLAUF

- ▶ B erhält ein Zuspiel von A, nimmt mit und versucht, auf ein Minitor abzuschließen.
- ▶ A setzt B im 1 gegen 1 nach und darf nach einer Balleroberung selbst abschließen.
- ▶ Anschließend wechseln die Spieler die Positionen.

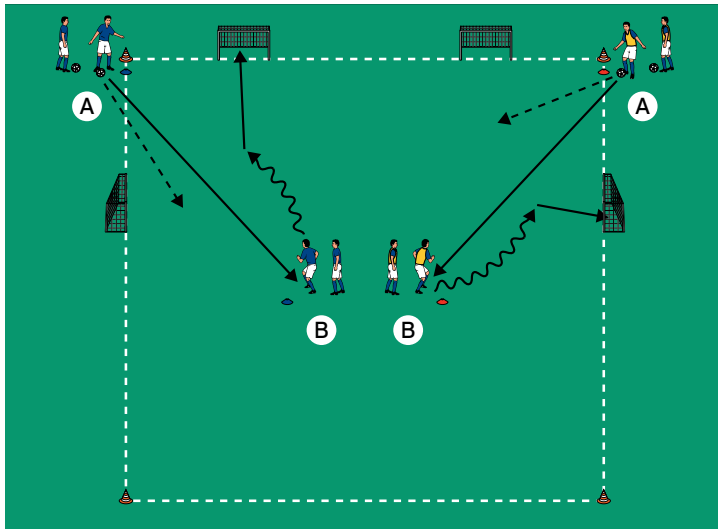
VARIATIONEN

- ▶ Wettbewerb: Wer erzielt die meisten Treffer?
- ▶ Nach Trainervorgabe auf ein bestimmtes Tor abschließen.
- ▶ Nach Trainervorgabe nur mit rechts/links mitnehmen und abschließen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Mitnahme unter Gegnerdruck schulen.
- ▶ Minitore sind attraktive Ziele.
- ▶ Für kurze Wartezeiten sorgen.

THEMA: IN KLEINEN SPIELFORMEN VARIANTENREICH TRAINIEREN



HAUPTTEIL 2:

1-GEGEN-1-MITNAHME II

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Die Positionshütchen A in die Ecken zwischen den Minitoren platzieren.
- ▶ Die Teams auf die Positionen A und B verteilen, wobei die Spieler bei A Bälle haben.

ABLAUF

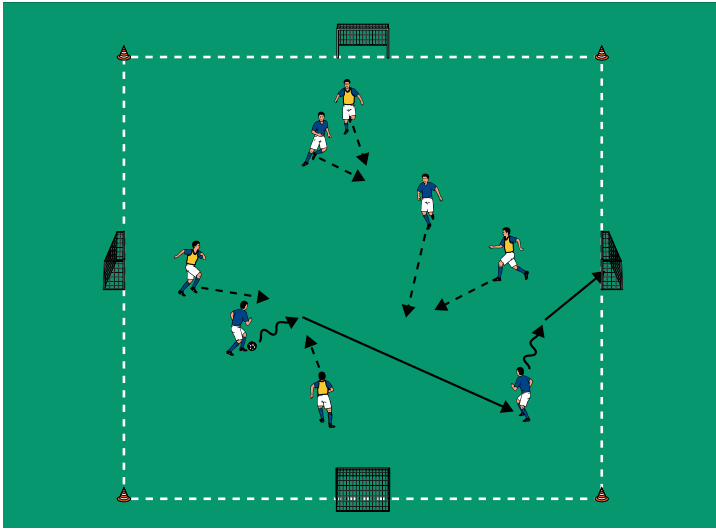
- ▶ B erhält ein Zuspiel von A, nimmt mit und schließt im 1 gegen 1 gegen A auf ein Minitor ab.
- ▶ A darf nach einer Balleroberung selbst abschließen.
- ▶ Anschließend wechseln die Spieler die Positionen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Minitore umdrehen.
- ▶ A und B spielen einen Doppelpass.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Mitnahme aus verschiedenen Positionen und Stellungen schulen.
- ▶ Die Mitnahme seitlicher und diagonaler Zuspiele üben.
- ▶ Gegnerdruck spielerisch einführen.

THEMA: IN KLEINEN SPIELFORMEN VARIANTENREICH TRAINIEREN**SCHLUSSTEIL:****4-TORE-SPIEL****ORGANISATION**

- ▶ Ein 20 x 20 Meter großes Feld mit 4 Minitoren an den Seiten markieren.
- ▶ 2 Teams einteilen

ABLAUF

- ▶ 4 gegen 4 auf die Minitore.
- ▶ Die Teams dürfen in allen Minitoren Treffer erzielen.

VARIATIONEN

- ▶ 3 gegen 3.
- ▶ Jedem Team 2 Minitore zuordnen.
- ▶ Die Minitore zusammenschieben und als große Tore mit Torhütern nutzen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Fehlende Minitore durch Hütchen- oder Stangentore ersetzen.
- ▶ Viele Tore sorgen für viele Erfolgserlebnisse.