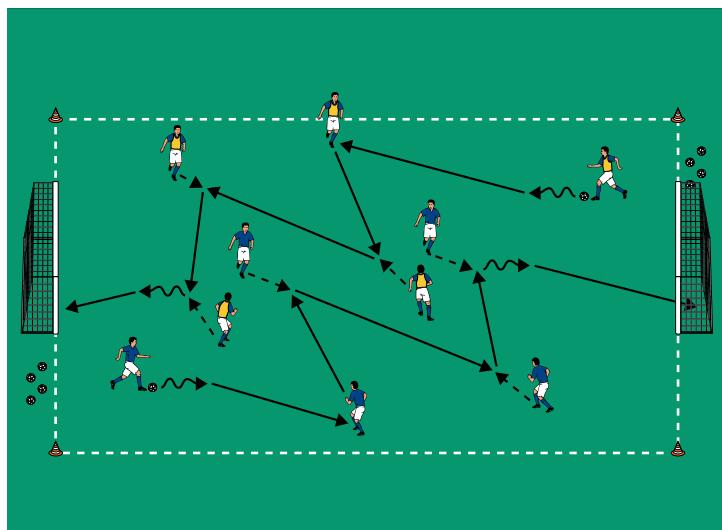


THEMA: DAS EINFACHE SPIEL IM TRAINING NUTZEN



AUFWÄRMEN 1:

TEAM-TOR-PASSEN

ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 20 Meter großes Spielfeld mit Jugendtoren markieren.
- ▶ 2 Teams zu je 5 Spielern bilden.
- ▶ 5 Bälle neben jedes Tor legen.
- ▶ Die Teams im Feld verteilen.

ABLAUF

- ▶ Die Teams spielen die Bälle von ihrem Tor nacheinander ins Tor gegenüber.
- ▶ Vor einem Treffer muss jeder Spieler im Team den Ball einmal berühren.
- ▶ Sobald der Ball im Tor oder im Aus ist, den nächsten Ball einspielen.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 5 Treffer?

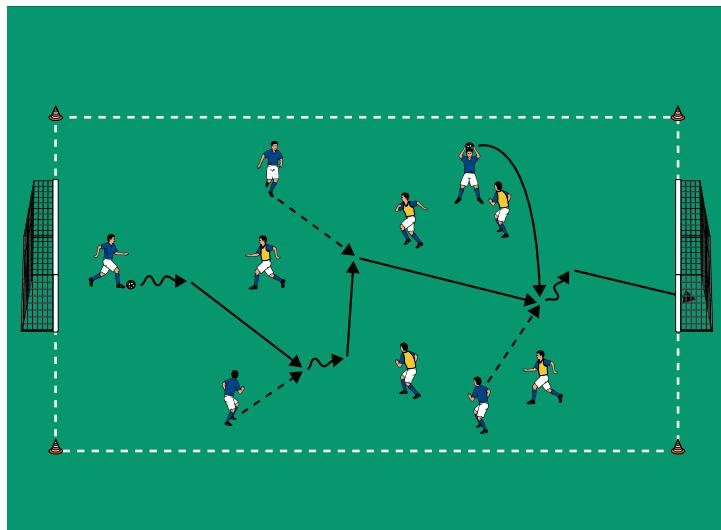
VARIATIONEN

- ▶ Jedes Team stellt einen Torhüter, der den Ball des anderen Teams abwehren kann.
- ▶ Jedes Team stellt einen Störspieler, der den Ball des anderen Teams abwehren kann.
- ▶ Mit mehr/weniger Bällen spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zur Erleichterung die Bälle zunächst zuwerfen.
- ▶ Zunächst nur in die Tore passen, später auch schießen.
- ▶ Gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.

THEMA: DAS EINFACHE SPIEL IM TRAINING NUTZEN



AUFWÄRMEN 2: DOPPEL-BALL-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ 2 Teams zu je 5 Spielern bilden und mit einem Spielball im Feld postieren.
- ▶ Jedes Team hat 1 zusätzlichen Ball.

ABLAUF

- ▶ Die Teams spielen Fußball im 5 gegen 5 auf die Tore.
- ▶ Den zusätzlichen Ball werfen die Spieler innerhalb des eigenen Teams zu.
- ▶ Treffer sind nur gültig, wenn der Torschütze beim Torschuss auch einen Ball in der Hand hat.

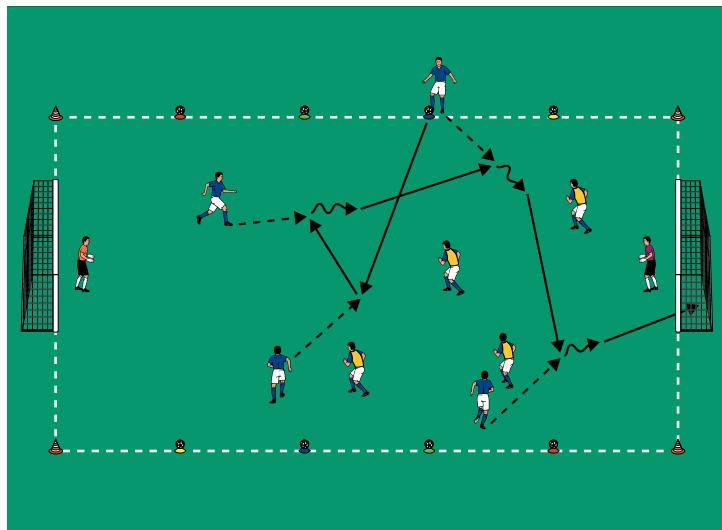
VARIATIONEN

- ▶ Mit dem Ball in der Hand nur maximal 3 Schritte laufen.
- ▶ Treffer ohne Ball in der Hand einfach, mit Ball in der Hand zweifach werten.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zunächst ohne, später mit Torhütern spielen.
- ▶ Zugeworfene Bälle des Gegners nicht abfangen.

THEMA: DAS EINFACHE SPIEL IM TRAINING NUTZEN



HAUPTTEIL 1: FARBEN-KICK-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Auf den Längsseiten je 4 verschiedene farbige Hütchen mit Bällen errichten.
- ▶ 2 Teams zu je 4 Spielern bilden.
- ▶ Torhüter den Jugendtoren zuweisen.

ABLAUF

- ▶ Im 4 gegen 4 plus Torhüter spielen.
- ▶ Zunächst spielt ein Team nacheinander die Bälle von den Hütchen einer Seite ein.
- ▶ Anschließend spielt das andere Team die Bälle von der anderen Seite ein.
- ▶ Vom blauen Hütchen einpassen, vom roten einwerfen, vom gelben eindribbeln und vom weißen einrollen.

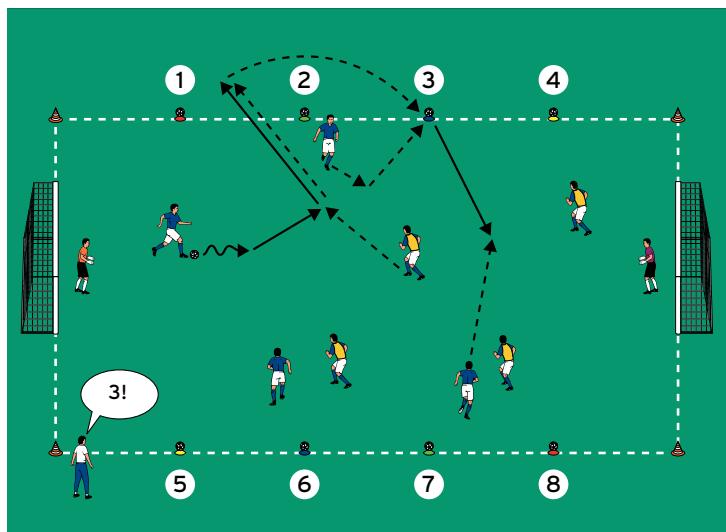
VARIATIONEN

- ▶ Mehr/weniger Hütchen aufstellen.
- ▶ Die Positionen der Hütchen variieren.
- ▶ Die Teams spielen abwechselnd ein.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei falschem Einspiel erhält das gegnerische Team einen Freistoß.
- ▶ Die Torhüter bei jedem Einspiel wechseln.

THEMA: DAS EINFACHE SPIEL IM TRAINING NUTZEN



HAUPTTEIL 2: ZURUF-KICK-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten.
- ▶ Die Hütchen von 1 bis 8 durchnummerieren.

ABLAUF

- ▶ Spiel im 4 gegen 4 plus Torhüter.
- ▶ Der Trainer ruft jeweils 1 Hütchen auf, von dem das ballbesitzende Team einspielt.
- ▶ 1 Spieler des anderen Teams holt und legt den Ball aus dem Feld auf das freie Hütchen.

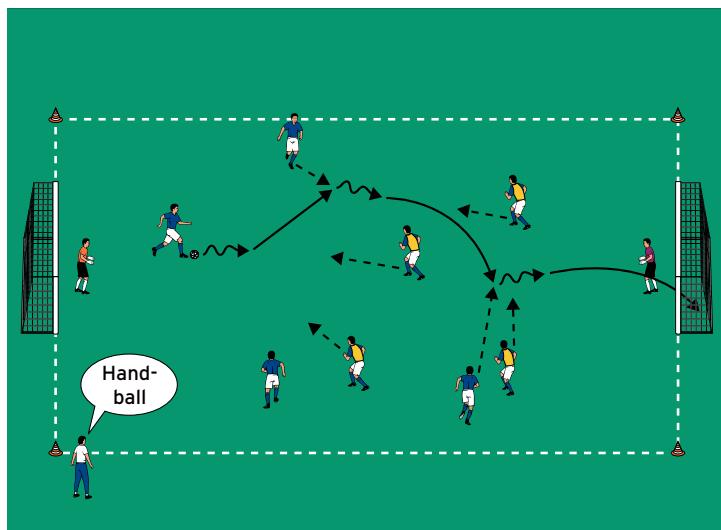
VARIATIONEN

- ▶ Vom blauen Hütchen einpassen, vom roten einwerfen, vom gelben eindribbeln und vom weißen einrollen.
- ▶ Mehr/weniger Hütchen aufstellen.
- ▶ Die Positionen der Hütchen variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball außerhalb des Feldes zum freien Hütchen bringen.
- ▶ Die kurzzeitige Überzahl nach dem Einspielen zielstrebig ausnutzen.

THEMA: DAS EINFACHE SPIEL IM TRAINING NUTZEN



SCHLUSSTEIL: SPIELARTEN-WECHSEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Die Hütchen auf den Seitenlinien entfernen.

ABLAUF

- ▶ Im 4 gegen 4 plus Torhüter auf die Jugendtore spielen.
- ▶ Auf das Trainerkommando "Fußball" spielen die Teams mit dem Fuß, bei "Handball" mit der Hand, bei "Kopfball" mit der Hand und Kopfballtreffern.

VARIATIONEN

- ▶ Die Kommandos mit Zahlen oder Buchstaben geben.
- ▶ Beim Kommando "Wechsel" wechseln die Teams eigenständig die Spielart.
- ▶ Die Mittellinie markieren. In einer Feldhälfte Fußball und in der anderen Handball/Kopfball spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Trainerkommandos im laufenden Spiel, nicht aber in direkten Zweikampfsituationen geben.
- ▶ Die Spieler sollen auf das Trainerkommando direkt reagieren.
- ▶ Die Torhüter bei jedem Spielart-Wechsel ebenfalls wechseln.