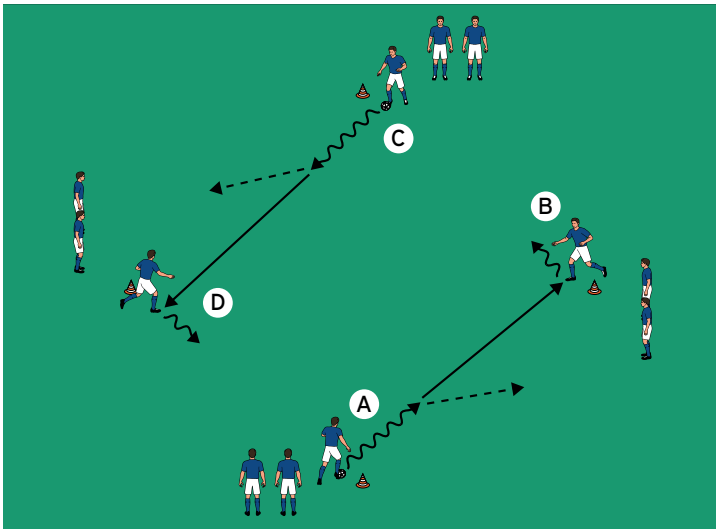


THEMA: DIE WAHRNEHMUNG SCHULEN



AUFWÄRMEN 1:

PASS-RAUTE

ORGANISATION

- ▶ 4 Positionshütchen in einem Abstand von 20 Metern in Rautenform aufstellen.
- ▶ Die Spieler gleichmäßig auf die Positionen verteilen.
- ▶ Die jeweils ersten Spieler an zwei gegenüberliegenden Seiten haben je 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ A und C dribbeln kurz an und passen zu B bzw. D, die kurz an- und mitnehmen und zu C bzw. dem nächsten Spieler bei A weiterpassen.
- ▶ Alle Passgeber laufen ihren Abspielen zur jeweils nächsten Position nach.

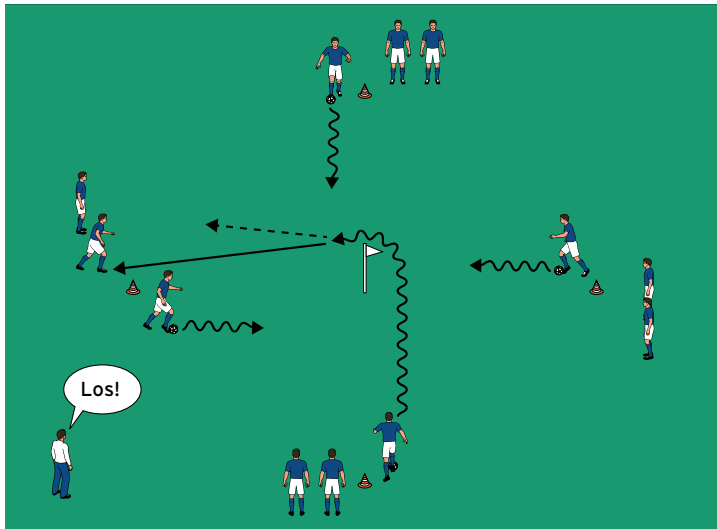
VARIATIONEN

- ▶ Die Passrichtung variieren (A passt zu D, C passt zu B usw.).
- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Im Gegenuhrzeigersinn passen, im Uhrzeigersinn zur jeweils nächsten Position laufen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ A und C sollten möglichst gleichzeitig starten.
- ▶ Darauf achten, dass die Passempfänger möglichst mit dem ersten Kontakt in die neue Bewegungsrichtung an- und mitnehmen.

THEMA: DIE WAHRNEHMUNG SCHULEN



AUFWÄRMEN 2:

DRIBBEL-PARCOURS

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten.
- ▶ Im Zentrum zwischen den Positionshütchen 1 Stange aufstellen.
- ▶ Die ersten Spieler an allen Hütchen haben je 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando starten die jeweils ersten Spieler gleichzeitig ins Dribbling in Richtung Stange.
- ▶ Sie umdribbeln die Stange jeweils von rechts und passen nach links zur nächsten Position weiter.
- ▶ Die Passgeber laufen jeweils ihren Abspielen nach und stellen sich bei der entsprechenden Gruppe wieder an.
- ▶ Die Passempfänger nehmen in die Bewegung an und mit, umdribbeln die Stange usw.

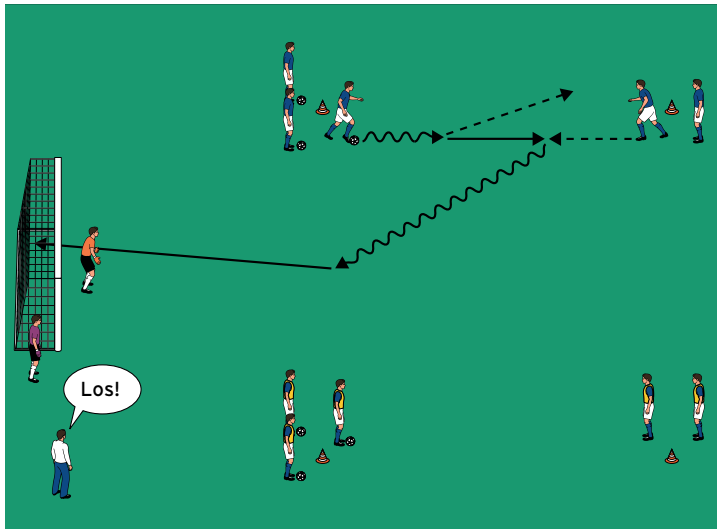
VARIATIONEN

- ▶ Die Spielrichtung wechseln: Die Stange von links umdribbeln und nach rechts passen.
- ▶ Beim Lauf zur jeweils nächsten Position verschiedene Aufgaben aus dem Lauf-ABC ausführen (z. B. Anfersen, Skippings usw.).
- ▶ Die Stange mit dem Ball in der Hand umlaufen und per Volleyschuss aus der Hand hoch zuspelen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler gleichzeitig starten.
- ▶ Auf eine möglichst enge Ballführung achten.
- ▶ Präzise Pässe in den Fuß des Mitspielers fordern.

THEMA: DIE WAHRNEHMUNG SCHULEN



HAUPTTEIL 1:

TORFLUT-WETTBEWERB

ORGANISATION

- ▶ 1 Tor aufstellen.
- ▶ Etwa 15 Meter vor dem Tor in einem Abstand von jeweils 20 Metern zueinander je Positionshütchen nebeneinander aufstellen.
- ▶ 2 Mannschaften einteilen.
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter.
- ▶ Die Spieler beider Mannschaften stellen sich einander gegenüber an den Positionshütchen auf.
- ▶ Die Spieler an den tornahen Hütchen haben Bälle.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbelt der erste Spieler von Blau los und passt zu seinem von gegenüber entgegenstartenden Mitspieler, der in Richtung Tor an- und mitnimmt und abschließt.
- ▶ Anschließend starten die jeweils ersten Spieler der anderen Mannschaft usw.
- ▶ Welches Team erzielt zuerst 10 Treffer?

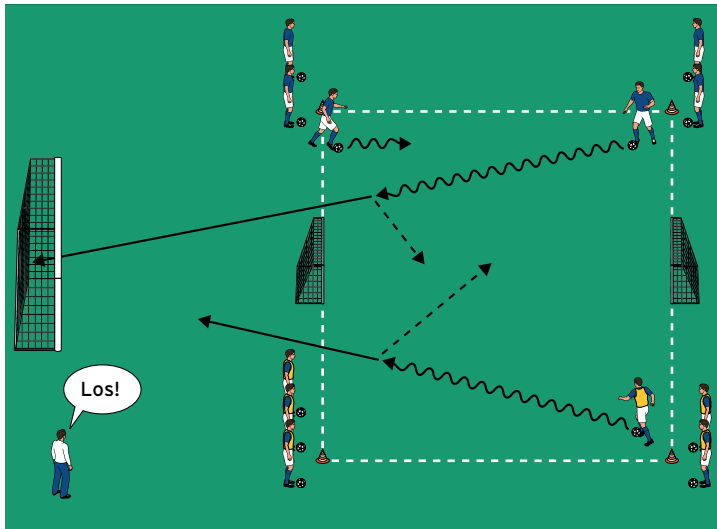
VARIATIONEN

- ▶ Die Spieler der beiden Teams jeweils einander diagonal gegenüber postieren.
- ▶ Nur mit rechts/links dribbeln, passen oder schießen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Darauf achten, dass die Torhüter der beiden Teams schnellstmöglich wechseln.
- ▶ Die Schussentfernung dem Leistungsstand der Spieler anpassen.
- ▶ Gegebenenfalls eine Schussgrenze markieren, ab der die Spieler spätestens schießen müssen.

THEMA: DIE WAHRNEHMUNG SCHULEN



HAUPTTEIL 2:

TREFFER-SPIEL

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften weiter verwenden.
- ▶ Zwischen den Positionshütchen ein Feld abstecken.
- ▶ Auf den Grundlinien des Feldes je 1 Minitor aufstellen.
- ▶ Die Torhüter agieren jetzt als Feldspieler.
- ▶ Die Spieler beider Teams an jeweils 2 gegenüberliegenden Hütchen verteilen.
- ▶ Jeder Spieler hat 1 Ball.

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando dribbeln die jeweils ersten Spieler der torfernen Eckhütchen ins Feld und schießen auf das leere Großtor ab.
- ▶ Der Spieler, der zuerst einen Treffer erzielt, erhält zunächst das Angriffsrecht, der jeweils andere Spieler wird Verteidiger.
- ▶ Der Mitspieler des Angreifers vom tornahen Eckhütchen dribbelt ins Feld und versucht, im Zusammenspiel mit seinem Mitspieler im 2 gegen 1 auf das gegenüberliegende Minitor zu treffen.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so kontert er auf das andere Minitor.
- ▶ Wird ins Aus gespielt oder ein Treffer erzielt, so dribbelt der tornahe Mitspieler des anfänglichen Verteidigers zum 2 gegen 2 auf die Minitore ins Feld.
- ▶ Anschließend verlassen alle Spieler das Feld, der nächste Durchgang beginnt usw.
- ▶ Welches Team erzielt die meisten Treffer bei den Minitoren.

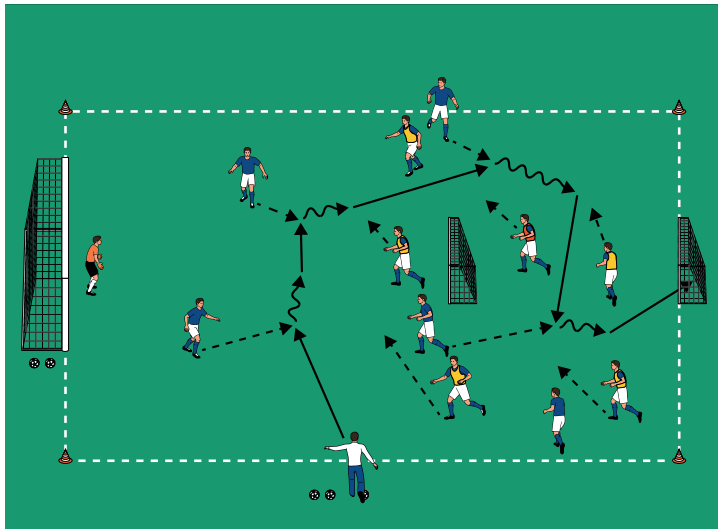
VARIATIONEN

- ▶ Nur mit rechts/links auf das Großtor schießen.
- ▶ Das Überzahlteam muss innerhalb von 10 Sekunden auf das gegenüberliegende Minitor abgeschlossen haben.
- ▶ Im Großtor mit Stangen Treffer-Zonen markieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer jeweils laut mitzählen.
- ▶ Bei strittigen Entscheidungen beim Torabschluss auf das Großtor die jeweiligen Ballbesitzer sofort aufrufen.
- ▶ Die Überzahlsituation zielstrebig ausspielen.
- ▶ Nach jedem Durchgang die Positionen und Aufgaben wechseln.

THEMA: DIE WAHRNEHMUNG SCHULEN



SCHLUSSTEIL:

WECHSEL-SPIEL MIT HINDERNIS

ORGANISATION

- ▶ Die Mannschaften beibehalten.
- ▶ Ein 40 x 25 Meter großes Feld mit 1 Großtor und 1 Minitor errichten.
- ▶ 15 Meter vor dem Minitor ein weiteres Minitor als Hindernis im Feld aufstellen.
- ▶ Einen festen Torhüter für das Großtor bestimmen.
- ▶ Den zweiten Torhüter als neutralen Spieler im Feld spielen lassen.

ABLAUF

- ▶ 5 gegen 5 plus 1 auf das Großtor sowie das gegenüberliegende Minitor.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen dabei jeweils das im Feld stehende Minitor als Hindernis umspielen.
- ▶ Nach einem Treffer wechselt sofort die Spielrichtung.
- ▶ Die erfolgreiche Mannschaft bleibt jeweils in Ballbesitz.
- ▶ Welches Team erzielt die meisten Treffer?

VARIATIONEN

- ▶ Die Positionen der Minitore verändern.
- ▶ Die Spielrichtung nach jeweils 2 Minuten wechseln.
- ▶ Beide Minitore auf die Grundlinie stellen und zum Schluss ohne Hindernis frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Als Trainer die erzielten Treffer laut mitzählen.
- ▶ Gelingen den Spielern zu wenig Torabschlüsse, die Feldgröße gegebenenfalls anpassen.
- ▶ Mutige Aktionen der Angreifer häufig loben.
- ▶ Der Torhüter und der neutrale Spieler wechseln bei einem Torerfolg ebenfalls sofort die Positionen und Aufgaben.