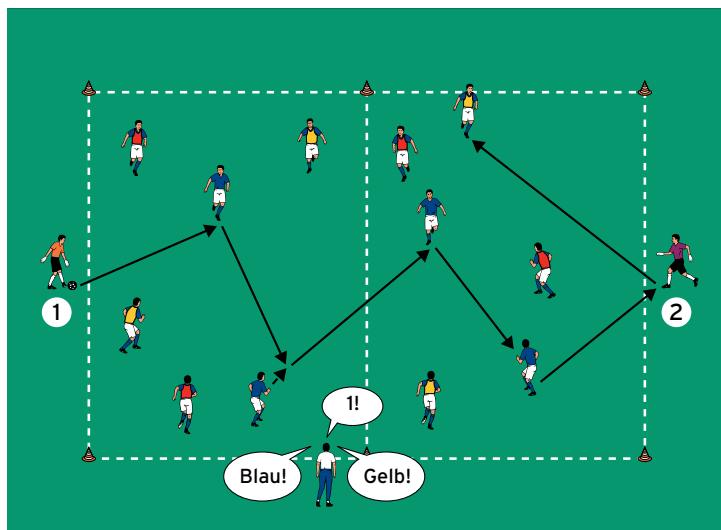


THEMA: IN ÜBERZAHL DAS ZUSAMMENSPIEL VERBESSERN



AUFWÄRMEN 1: FARBEN-SPIEL I

ORGANISATION

- ▶ 1 Feld mit Mittellinie errichten
- ▶ 3 Gruppen bilden und mit verschiedenfarbigen Leibchen unterscheiden
- ▶ 2 Torhüter bestimmen und jeweils an den Stirnseiten des Feldes aufstellen

ABLAUF

- ▶ Der Trainer startet durch Zuruf einer Zahl und zwei Farben die Aktion.
- ▶ Der aufgerufene Torhüter passt zu einem Spieler der entsprechenden Farbe.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen sich jetzt so in den eigenen Reihen zupassen, dass jeder Spieler am Ball gewesen ist.
- ▶ Der Empfänger des letzten Passes spielt zum anderen Torhüter weiter, der zu einem Spieler der zweiten aufgerufenen Farbe passt.

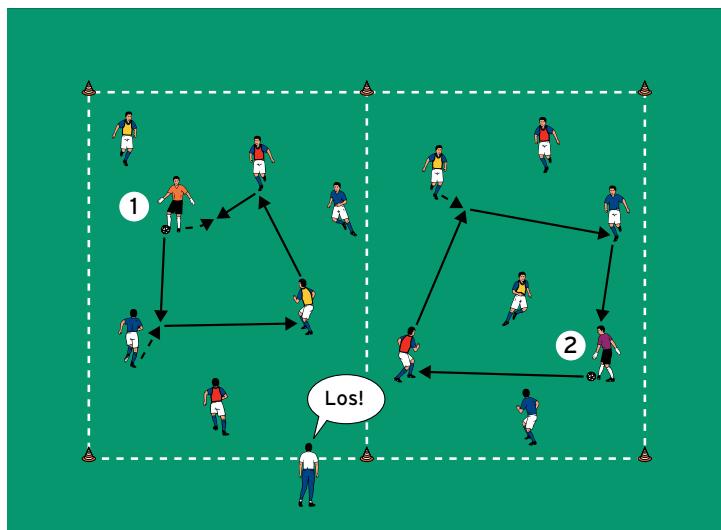
VARIATIONEN

- ▶ Der Trainer gibt für die nicht aufgerufene Gruppe Laufaufgaben vor.
- ▶ Der letzte Pass erfolgt in die Arme des jeweils anderen Torhüters.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Ballbesitzer sollen mit möglichst wenig Kontakten weiterpassen.
- ▶ Darauf achten, dass alle Spieler dauerhaft in Bewegung sind.

THEMA: IN ÜBERZAHL DAS ZUSAMMENSENPIEL VERBESSERN



AUFWÄRMEN 2: FARBEN-SPIEL II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ Je 2 Spieler pro Team sowie einen der beiden Torhüter mit 1 Ball in einer Feldhälfte postieren

ABLAUF

- ▶ Auf ein Trainerkommando startet der Torhüter mit einem Pass auf einen beliebigen Spieler die Aktion.
- ▶ Die Ballbesitzer passen zu einem Spieler einer anderen Farbe, der wiederum auf einen weiteren Spieler einer anderen Farbe weiterleitet.
- ▶ Der letzte Spieler passt zurück zum Torhüter, der sofort die nächste Aktion startet usw.
- ▶ Jede vollendete Aktion ergibt 1 Punkt für die Teamwertung.
- ▶ Die Spieler in welcher Feldhälfte sammeln in 2 Minuten die meisten Punkte?

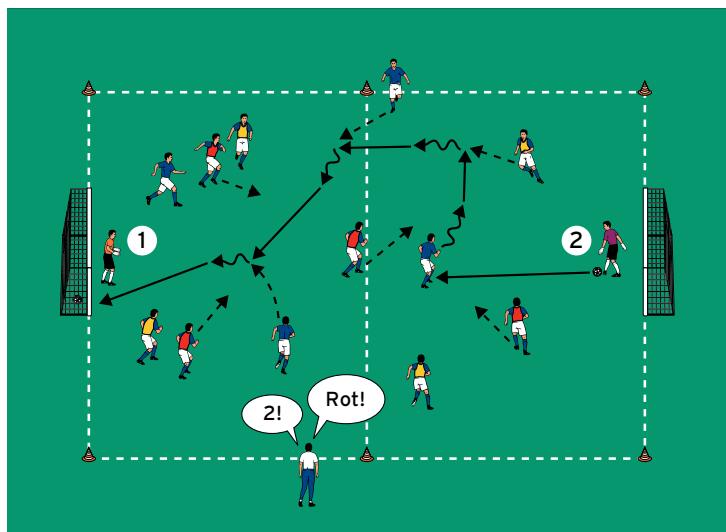
VARIATIONEN

- ▶ Jede Aktion besteht aus 2 Umläufen der exakt gleichen Reihenfolge: Das zweite Zuspiel des Torhüters erfolgt entsprechend zum jeweils anderen Spieler der jeweiligen Farbe.
- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Torhüter sollte den jeweils ersten Pass möglichst immer zu anderen Spielern spielen, damit nicht immer die gleiche Passreihenfolge entsteht.
- ▶ Die Spieler müssen sich schnell im Raum orientieren, um Anspielstationen zu finden.

THEMA: IN ÜBERZAHL DAS ZUSAMMENSPIEL VERBESSERN



HAUPTTEIL 1: FARB-REAKTION I

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau und die Mannschaften weiter verwenden
- ▶ Auf den Grundlinien je 1 Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ Die Torhüter durchnummieren

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft 1 Zahl und 1 Farbe auf und startet so die Aktion.
- ▶ Die aufgerufene Mannschaft wird Verteidiger.
- ▶ Der angesagte Torhüter passt zu einem Spieler der jeweils anderen Farben.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, im 8 gegen 4 auf das gegenüberliegende Tor abzuschließen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, kontern sie sofort auf das gegenüberliegende Tor.

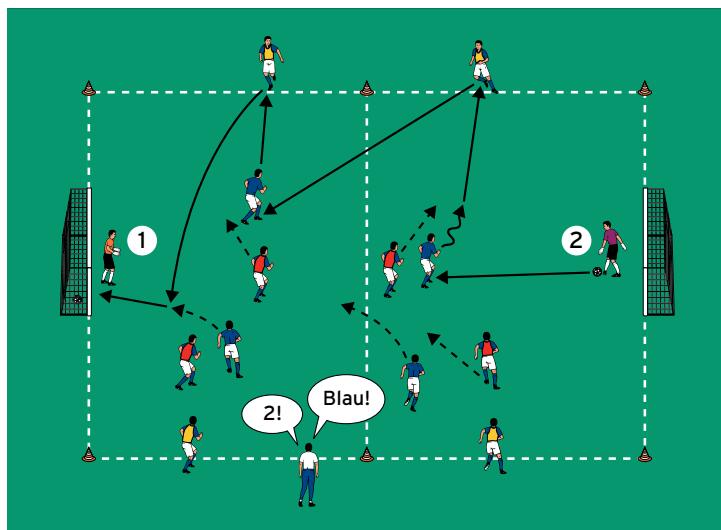
VARIATIONEN

- ▶ Der Angriff muss jeweils innerhalb von 15 Sekunden abgeschlossen sein.
- ▶ Die Ballbesitzer müssen bis zum Torabschluss mindestens 5 Pässe in den eigenen Reihen spielen.
- ▶ Die Angreifer dürfen mit höchstens 2 Kontakten agieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Zu Beginn jeder Aktion sollten sich jeweils 2 Spieler von jeder Mannschaft in einer Spielfeldhälfte aufstellen. So ist eine gleichmäßige Verteilung garantiert.
- ▶ Sobald die Aktion abgeschlossen ist oder der Ball ins Aus geht, startet der Trainer die jeweils nächste Aktion.

THEMA: IN ÜBERZAHL DAS ZUSAMMENSENPIEL VERBESSERN



HAUPTTEIL 2:

FARB-REAKTION II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Mannschaften beibehalten
- ▶ Die Spieler einer Mannschaft übernehmen die Anspieleraufgabe an den Seitenlinien

ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft 1 Zahl und 1 Farbe auf und startet so die Aktion.
- ▶ Der aufgerufene Torhüter passt zur genannten Mannschaft.
- ▶ Die Ballbesitzer versuchen, im 4 gegen 4 auf das gegenüberliegende Tor abzuschließen.
- ▶ Dabei dürfen sie die neutralen Anspieler jederzeit einbeziehen.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie direkt auf das gegenüberliegende Tor.
- ▶ Spielzeit pro Durchgang: 4 Minuten.

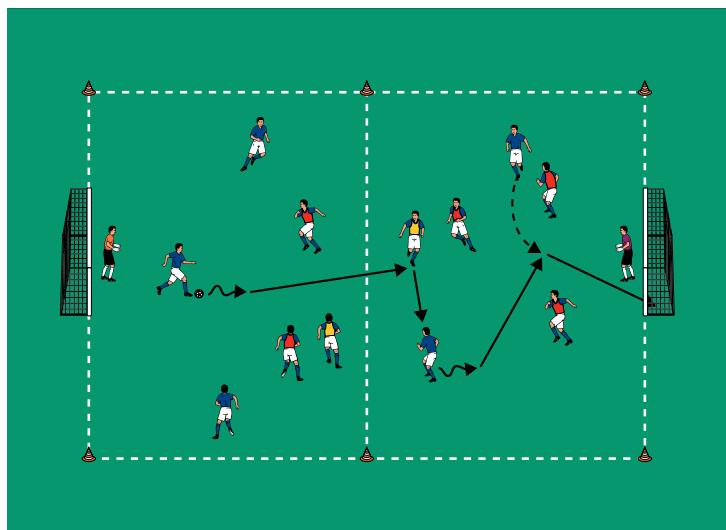
VARIATIONEN

- ▶ Das Konterteam darf die Anspieler ebenfalls jederzeit einbeziehen.
- ▶ Die Anspieler müssen im Direktspiel agieren.
- ▶ Treffer, die unmittelbar im Anschluss an ein Anspielerzuspiel erzielt werden, zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Da zu Beginn nicht klar ist, wer das Angriffsrecht erhält und in welche Richtung gespielt wird, müssen sich die Spieler nach dem Kommando des Trainers schnell orientieren.
- ▶ Die Angreifer sollen trotz der komfortablen Überzahl möglichst schnell den Torabschluss suchen.
- ▶ Nach jedem Durchgang übernimmt eine andere Mannschaft die Anspieleraufgabe.

THEMA: IN ÜBERZAHL DAS ZUSAMMENSPIEL VERBESSERN



SCHLUSSTEIL:

5 PLUS 2 GEGEN 5

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau beibehalten
- ▶ 2 neutrale Anspieler bestimmen, die sich jeweils in einer Feldhälfte aufstellen
- ▶ 2 Mannschaften einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter

ABLAUF

- ▶ 5 gegen 5 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Die Ballbesitzer dürfen die neutralen Anspieler jederzeit einbeziehen.

VARIATIONEN

- ▶ Die Anspieler müssen mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ Die Anspieler dürfen jeweils im gesamten Feld spielen.
- ▶ Die Anspieler dürfen auch Tore erzielen.
- ▶ Zum Schluss 2 Teams einteilen und ohne Neutralen frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Nachdem beide Hauptteile einen hohen Anspruch an die Konzentrationsfähigkeit gestellt haben, sollte das Abschlussspiel recht frei ablaufen.
- ▶ Durch den Einsatz der beiden Anspieler wird den Ballbesitzern das Zusammenspiel erleichtert.
- ▶ Die Anspieler regelmäßig wechseln.