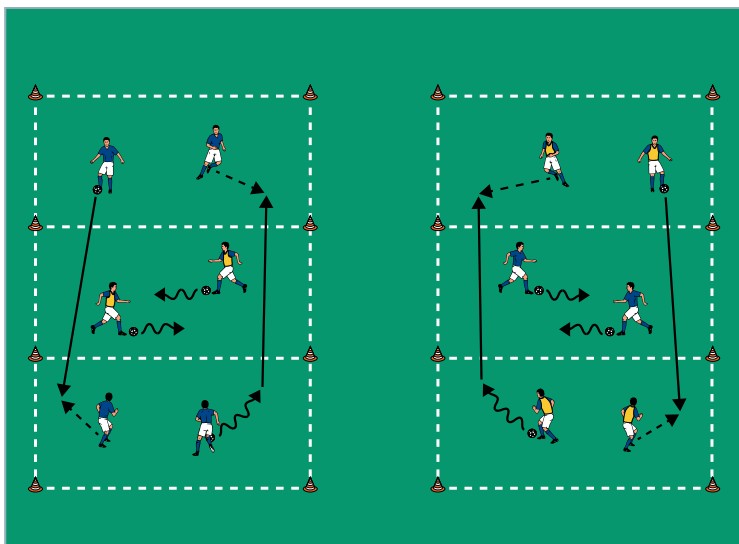


AUFWÄRMEN 1: Sektor-Passspiel I

von Mario Vossen (17.05.2016)



Organisation

- Zwei 18 x 10 Meter große Felder markieren
- Die Felder in Drittel unterteilen
- 2 Mannschaften zu je 6 Spielern bilden
- Paare mit je 1 Ball bilden und auf die Felder verteilen
- Jede Mannschaft stellt 2 Störspieler mit je 1 Ball im zentralen Drittel ab

Ablauf

- Die beiden Störspieler dribbeln frei zwischen den Feldern.
- Die anderen Spieler versuchen, jeweils in das andere Feld zu passen, ohne einen der Störspieler zu treffen.
- Vor jedem Pass führen die Ballbesitzer eine Finte im Feld aus, bevor der nächste Pass gespielt wird.
- Die Störspieler verhindern die Pässe nicht aktiv.

Variationen

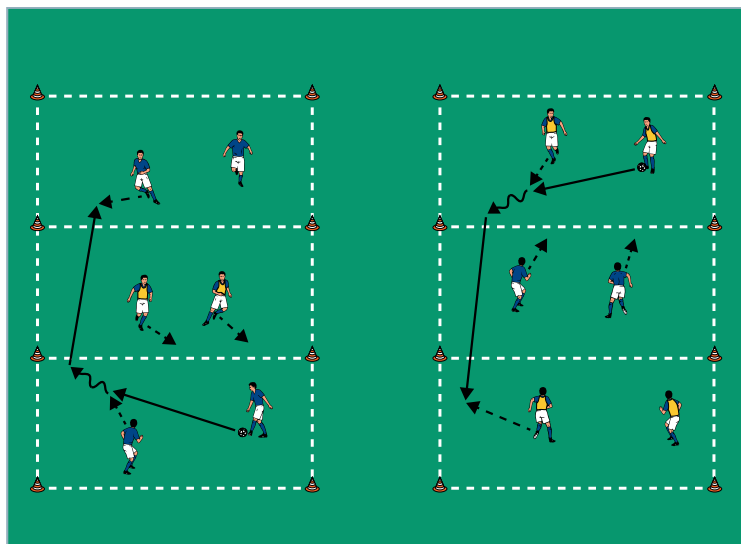
- Die Störspieler können aktiv Pässe blocken. Sie müssen jedoch den eigenen Ball weiterhin am Fuß führen.
- Nur mit rechts/links passen.
- In jedem Feld mit nur 1 Ball passen.

Tipps und Korrekturen

- Die Spieler lernen, die Pässe scharf und gezielt in das andere Feld zu spielen.
- Die Spieler ohne Ball fordern durch ein entsprechendes Freilaufen die Zuspiele.
- Die Störspieler nach jeweils 2 Minuten wechseln.

AUFWÄRMEN 2: Sektor-Passspiel II

von Mario Vossen (17.05.2016)



Organisation

- Den Aufbau weiter nutzen
- Die Störspieler stellen sich ohne Ball im Mitteldrittel auf

Ablauf

- Die Ballbesitzer versuchen innerhalb von 2 Minuten möglichst viele Pässe in das andere Feld zu spielen.
- Jeder erfolgreiche Pass ergibt 1 Punkt.
- Die Störspielern fangen die Pässe aktiv ab.
- Welches Paar schafft die meisten Punkte?

Variationen

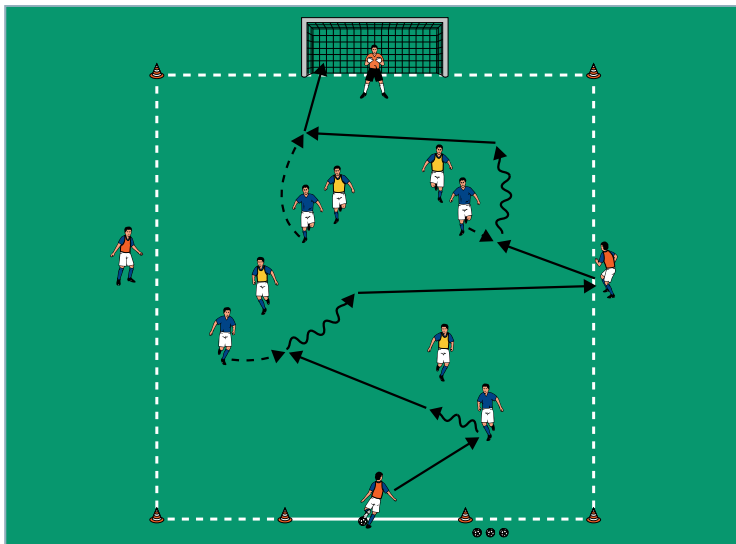
- Gelingt es den Störspielern, einen Pass abzufangen und im Feld zu kontrollieren, so wird den Ballbesitzern 1 Punkt abgezogen.
- Nur mit rechts/links passen.
- Jeder Spieler spielt mit maximal 2 Kontakten.

Tipps und Korrekturen

- Da die Aktion als Wettspiel auf Zeit abläuft, sind die Spieler bemüht, die Aktionen in einem möglichst hohen Tempo auszuführen.
- Mit mindestens 2 Kontakten spielen und nicht direkt zurück in das andere Feld klatschen lassen.
- Die Störspieler nach jedem Durchgang austauschen.
- Die Spieler dürfen ihr Drittel nicht verlassen.

HAUPTTEIL 1: Umschaltspiel I

von Mario Vossen (17.05.2016)



Organisation

- Ein 30 x 20 Meter großes Spielfeld markieren
- Auf einer Grundlinie 1 Tor und gegenüber eine 5 Meter lange Konterlinie mit Balldepot errichten
- 3 Mannschaften zu je 4 Spielern bilden
- 2 Teams im Feld postieren und Angreifer und Verteidiger bestimmen
- Das dritte Team stellt den Torhüter und besetzt die Außenlinien als Anspieler

Ablauf

- Jede Mannschaft erhält für 2 Minuten das Angriffsrecht.
- Der Anspieler an der Hütchenlinie startet jede Aktion durch ein Zuspiel auf einen Angreifer.
- Die Angreifer versuchen, aus dem Zusammenspiel auf das Tor abzuschließen
- Dabei können sie jederzeit die Anspieler einbeziehen.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie durch einen Pass zum Anspieler an der Konterlinie.
- Jeder Treffer im Tor und jeder Pass nach einem Konter zum Anspieler ergibt 1 Punkt.
- Welches Team sammelt die meisten Punkte?

Variationen

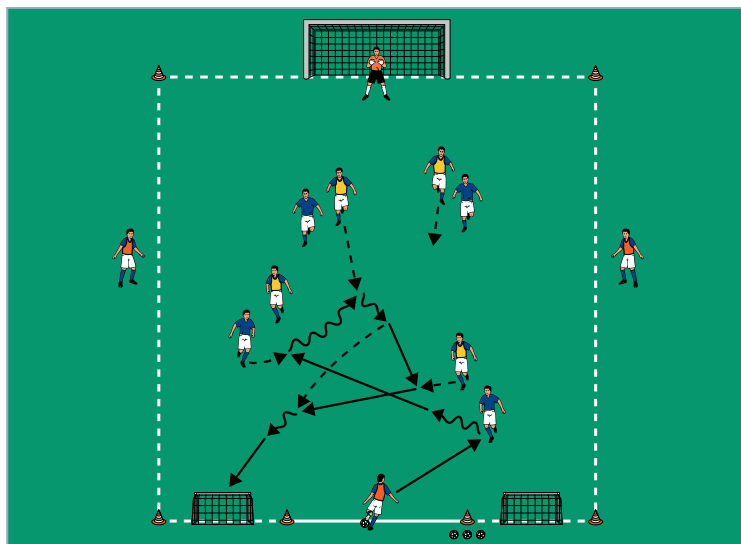
- Jeder erfolgreiche Konter ergibt 2 Punkte.
- Die Anspieler dürfen nur direkt spielen.
- Im Feld sind maximal 3 Kontakte erlaubt.

Tipps und Korrekturen

- Die Anspieler dürfen nur von den Angreifern angespielt werden.
- Nach einem Ballverlust müssen die Angreifer blitzschnell nachsetzen und versuchen, den Ball wieder zu erobern.
- Nach 2 Minuten die Seiten und Aufgaben tauschen.
- Zielstrebig abschließen.
- Auf ein sauberes, flaches Passspiel achten.

HAUPTTEIL 2: Umschaltspiel II

von Mario Vossen (17.05.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter nutzen
- Neben der Konterlinie je 1 Minitor aufstellen

Ablauf

- Jede Aktion wird vom Anspieler an der Hütchlinie gestartet.
- Die Angreifer versuchen im Zusammenspiel mit den Anspielern zum Torabschluss zu kommen.
- Erobern die Verteidiger den Ball, so kontern sie mit einem Pass zum Anspieler an der Konterlinie oder auf die beiden Minitore.
- Die Spielzeit pro Durchgang beträgt 2 Minuten.

Variationen

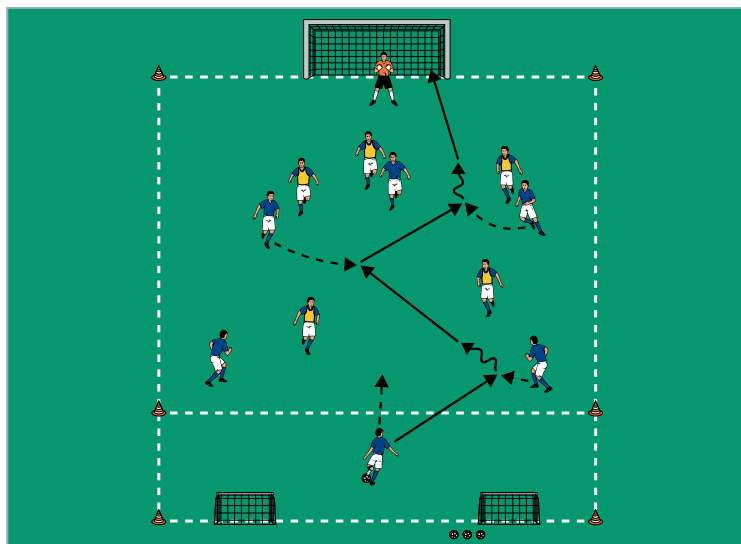
- Für jedes erzielte Kontertor 3 Punkte vergeben.
- Auch die Verteidiger dürfen nach Ballgewinn die Anspieler einsetzen.
- Mit maximal 3 Kontakten spielen.

Tipps und Korrekturen

- Da die Verteidiger nach Ballgewinn nun mehrere Ziele haben, werden die Angreifer gezwungen, noch schneller und konsequenter nachzusetzen.
- Jedes kontrollierte Zusammenspiel der Verteidiger muss verhindert werden.
- Die Spieler verinnerlichen so, dass es wichtig ist, nach einem möglichen Ballverlust direkt eine Zurückeroberung anzustreben.

SCHLUSSTEIL: Konterverhinderung

von Mario Vossen (17.05.2016)



Organisation

- Den Grundaufbau weiter nutzen
- 5 Meter vor den Minitoren eine Konterlinie errichten
- 2 Mannschaften zu je 6 Spielern bilden
- Angreifer und Verteidiger benennen
- Die Verteidiger stellen 1 Spieler im Tor

Ablauf

- Blau startet jede Aktion von der Grundlinie aus und greift im 6 gegen 5 auf das Tor an.
- Erobert Gelb den Ball, so dribbeln sie über die Konterlinie und erhalten 1 Punkt.
- Gelingt ihnen zudem ein Treffer in einem Minitor, so erhalten sie 2 Punkte.
- Die Spielzeit pro Durchgang beträgt 4 Minuten.

Variationen

- Die Verteidiger spielen mit 2 Pflichtkontakten. Somit wird das Nachsetzen für die Angreifer erleichtert.
- Die Angreifer spielen mit maximal 3 Kontakten.
- Im Modus 'make it, take it' spielen: Treffen die Verteidiger eines der Minitore, wechselt direkt die Aufgabe. Sie bleiben im Ballbesitz und greifen auf das Tor mit Torhüter an, der jetzt von der anderen Mannschaft gestellt wird.

Tipps und Korrekturen

- Die Verteidiger haben mehrere Optionen, um nach einem Ballgewinn Punkte zu erzielen.
- Hierdurch werden die Angreifer nochmals dazu gezwungen, nach einem Ballverlust sofort nachzusetzen.
- In der Zone hinter der Konterlinie dürfen die Angreifer nicht attackiert werden. Hierdurch erhalten sie die Möglichkeit, das Spiel etwas zu beruhigen.
- Zielstrebig abschließen.
- Mit möglichst wenig Kontakten kombinieren.