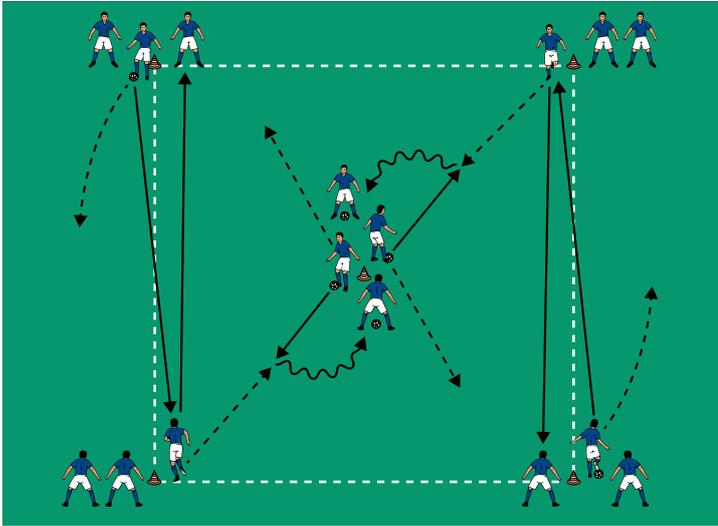


## THEMA: OFFENSIV ERFOLGREICH SEIN



### AUFWÄRMEN 1:

#### DOPPELTES PASS-DREIECK

##### ORGANISATION

- ▶ Mit 4 Hütchen ein 25 x 25 Meter großes Feld markieren und mittig im Feld ein weiteres Hütchen aufstellen
- ▶ Die Spieler an die Hütchen verteilen
- ▶ Die ersten Spieler an zwei Hütchen diagonal gegenüber sowie die Spieler am mittleren Hütchen sind in Ballbesitz

##### ABLAUF

- ▶ Die Spieler an den äußeren Hütchen passen zum Spieler am Hütchen gegenüber und laufen dem Abspiel nach.
- ▶ Der Ballempfänger passt zurück und fordert ein Zuspiel vom ersten Spieler am mittleren Hütchen, das er zum mittleren Hütchen an- und mitnimmt.
- ▶ Der Zuspieler läuft zum anderen äußeren Hütchen auf der Seite, auf die er zugespielt hat.

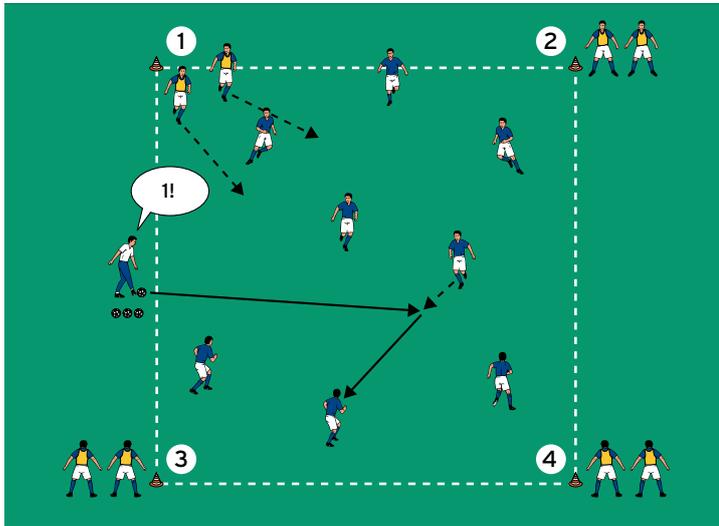
##### VARIATIONEN

- ▶ An den äußeren Hütchen mit 2 Kontakten spielen.
- ▶ Vom mittleren Hütchen zuwerfen.
- ▶ Vom mittleren Hütchen den per Volleyschuss aus der Hand zuspielen.

##### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler am mittleren Hütchen sollen sich zu beiden Seiten orientieren und entsprechend zuspielen.
- ▶ Das Zuspiel vom mittleren Hütchen verbal fordern.
- ▶ Die Spieler sollen selbstständig darauf achten, dass immer alle Hütchen mit ausreichend Spielern besetzt sind.

## THEMA: OFFENSIV ERFOLGREICH SEIN



### AUFWÄRMEN 2:

## RONDO-TEAMSPIEL

### ORGANISATION

- ▶ Ein 25 x 25 Meter großes Feld markieren und die Hütchen von 1 bis 4 nummerieren
- ▶ 2 Teams einteilen
- ▶ Jeweils 2 Spieler eines Teams als Verteidiger an jedem Hütchen postieren und die Spieler des anderen Teams als Angreifer im Feld verteilen

### ABLAUF

- ▶ Der Trainer spielt einen Angreifer an und ruft gleichzeitig eine Zahl 1 - 4 auf.
- ▶ Die Angreifer spielen gegen die beiden Verteidiger vom aufgerufenen Hütchen auf Ballbesitz.
- ▶ Sobald die Verteidiger den Ball ausspielen, verlassen sie das Feld und der Trainer spielt einen neuen Ball ein und ruft eine andere Zahl auf.
- ▶ Positions- und Aufgabenwechsel der Teams nach 8 gespielten Bällen.

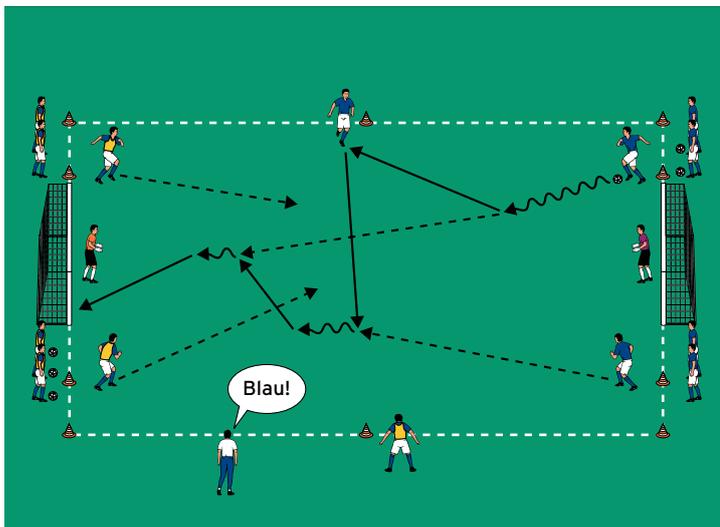
### VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer spielen mit 2 Pflichtkontakten.
- ▶ Die Angreifer spielen mit 3 Maximalkontakten.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Bei insgesamt 8 zu spielenden Bällen jedes Verteidigerpaar zweimal aufrufen.
- ▶ Bei überzähligen Spielern auch 3 Verteidiger an einem Hütchen postieren und ins Feld laufen lassen.

## THEMA: OFFENSIV ERFOLGREICH SEIN



### HAUPTTEIL 1:

## 3-GEGEN-2-SPIEL

### ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 20 Meter großes Spielfeld markieren und auf jeder Grundlinie ein Tor aufstellen
- ▶ Auf jeder Seite neben jedem Tor sowie mittig auf jeder Seitenlinie ein Starthütchen markieren
- ▶ 2 Teams mit Torhütern einteilen und die Spieler jedes Teams an 3 Starthütchen verteilen
- ▶ An einem Starthütchen neben jedem Tor haben die Spieler Bälle

### ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft ein Team auf, das in Ballbesitz und Überzahl spielt.
- ▶ Spiel im 3 gegen 2 bis ein Treffer erzielt oder der Ball ins Aus gespielt wird.

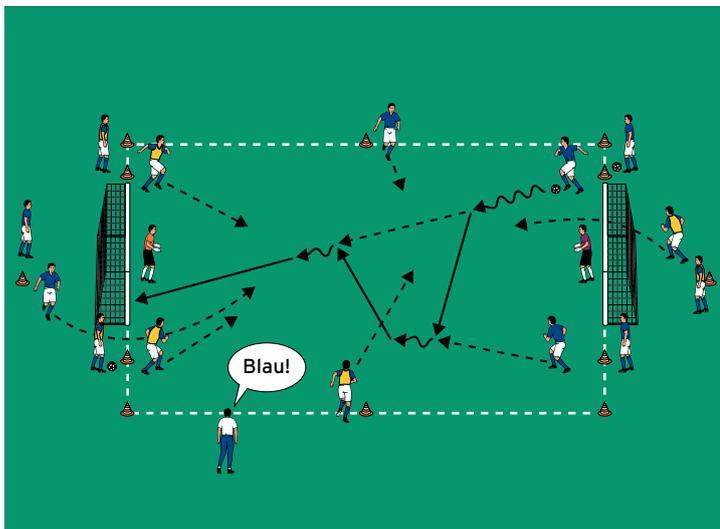
### VARIATIONEN

- ▶ Als Trainer den Ball einspielen.
- ▶ Die Angreifer spielen mit 2 Pflichtkontakten.
- ▶ Die Angreifer spielen mit 2 Maximalkontakten.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Beide Teams ungefähr gleich oft als Angreifer und Verteidiger agieren lassen.
- ▶ Als Trainer in dieser Spielform vor allem die taktischen Angriffsmittel Vertikalspiel, Hinterlaufen und Spielverlagerung schulen.
- ▶ Nach jedem Durchgang stellen sich die Spieler im Uhrzeigersinn beim nächsten Starthütchen wieder an.

## THEMA: OFFENSIV ERFOLGREICH SEIN



### HAUPTTEIL 2:

## 4 GEGEN 3

### ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ 10 Meter hinter jedem Tor ein weiteres Starthütchen markieren
- ▶ Die Spieler jedes Teams an 4 Starthütchen verteilen
- ▶ Die Spieler an einem Starthütchen neben jedem Tor haben Bälle

### ABLAUF

- ▶ Der Trainer ruft die Angreifer auf.
- ▶ 4 gegen 3.
- ▶ Der vierte Verteidiger vom seitlichen Hütchen rückt nach 8 Sekunden nach.

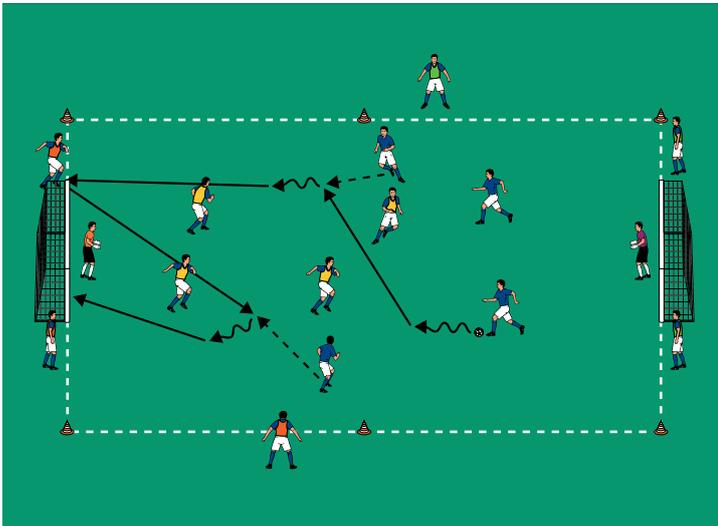
### VARIATIONEN

- ▶ Nur die Verteidiger von den Starthütchen neben dem Tor zum 2 gegen 4 ins Feld laufen lassen.
- ▶ Nur die Verteidiger von den Starthütchen neben dem Tor und hinter dem anderen Tor zum 3 gegen 4 ins Feld laufen lassen.
- ▶ Die Angreifer spielen mit 2 Pflicht- oder 2 Maximalkontakten.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Angreifer sollen die kurzzeitige Überzahl zielstrebig ausspielen. Dazu in die Tiefe orientieren und vor allem vertikal spielen.
- ▶ Nach jedem Durchgang stellen sich die Spieler im Uhrzeigersinn beim nächsten Starthütchen wieder an.

## THEMA: OFFENSIV ERFOLGREICH SEIN



### SCHLUSSTEIL:

## DOPPEL-TEAM-SPIEL

### ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 20 Meter großes Spielfeld markieren und auf jeder Grundlinie ein Tor mit Torhüter aufstellen
- ▶ 4 Teams einteilen, 2 Teams gehören zusammen
- ▶ Jeweils 2 Teams postieren sich im Feld und die Spieler des zugehörigen Teams als Zuspieler auf Seiten- und Grundlinie in der Angriffshälfte

### ABLAUF

- ▶ Spiel im 4 gegen 4 plus Torhüter mit Zuspielern.
- ▶ Sobald ein Team einen Treffer erzielt, wechseln beide Teams mit den Zuspielern Position und Aufgabe.
- ▶ Welche beiden Teams erzielen zusammen mehr Treffer?

### VARIATIONEN

- ▶ Die Zuspieler agieren um das gesamte Feld herum frei.
- ▶ Die Zuspieler spielen direkt.
- ▶ Mit 2 Pflicht- oder Maximalkontakten spielen.

### TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Zuspieler unterstützen das Team in Ballbesitz und ermöglichen so ein Spielen in Überzahl.
- ▶ Die Zuspieler dürfen nicht angegriffen werden.