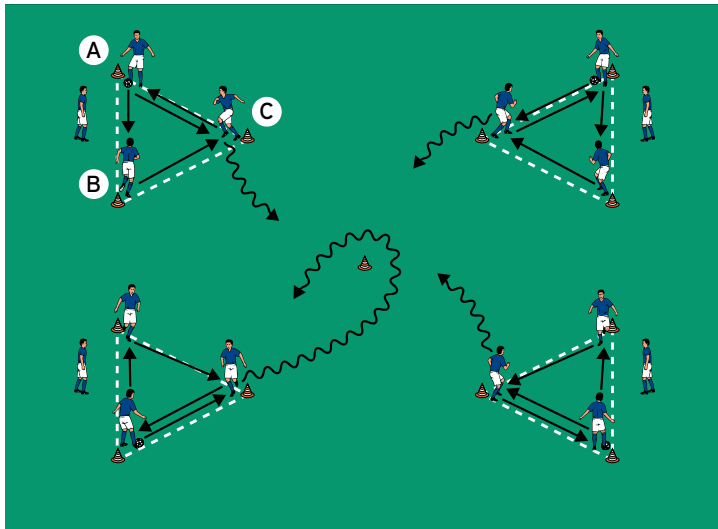


THEMA: DIE ÜBERZAHL AUSSPIELEN



AUFWÄRMEN 1:

SCHNELLE 3ER-KOMBINATION

ORGANISATION

- ▶ In einem Feld 4 Hütchen-Dreiecke errichten
- ▶ In der Mitte des Feldes 1 Hütchen postieren
- ▶ 4 Gruppen bilden

ABLAUF

- ▶ Die Spieler spielen mindestens 4 Pässe in der Dreiergruppe.
- ▶ Anschließend muss zu C gepasst werden, der um das zentrale Hütchen dribbelt und ihn anschließend ins Feld zurückspielt.
- ▶ In der Zwischenzeit rücken die anderen Spieler eine Position weiter.

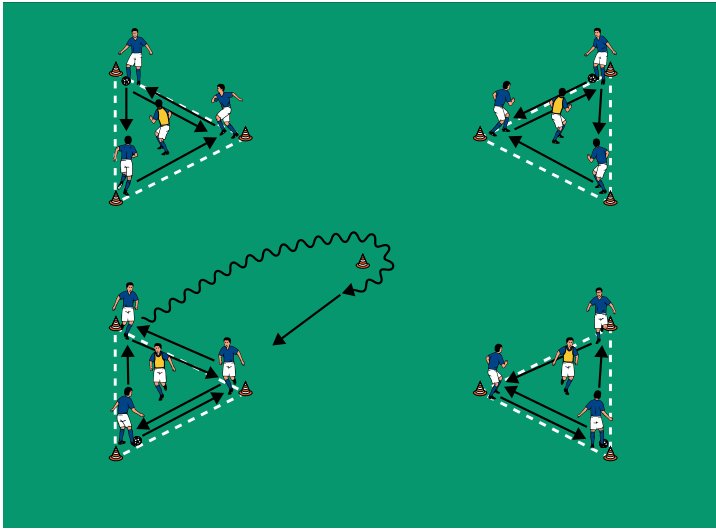
VARIATIONEN

- ▶ Die Zahl der erforderlichen Pässe wird variiert.
- ▶ C muss eine Finte ins Dribbling einbauen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Im Optimalfall wird der vierte Pass zu C gespielt.
- ▶ Direktspiel nach den ersten Durchgängen voraussetzen.

THEMA: DIE ÜBERZAHL AUSSPIELEN



AUFWÄRMEN 2:

WETTKAMPF IM 3 GEGEN 1

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Organisation beibehalten
- ▶ Pro Gruppe 1 Störspieler benennen

ABLAUF

- ▶ Die Spieler spielen 5 Pässe im 3 gegen 1.
- ▶ Anschließend kann der Empfänger des letzten Passes um das zentrale Hütchen dribbeln und ins Feld zurückpassen.
- ▶ Die Gruppe, die zuerst fertig ist, erhält einen Punkt.

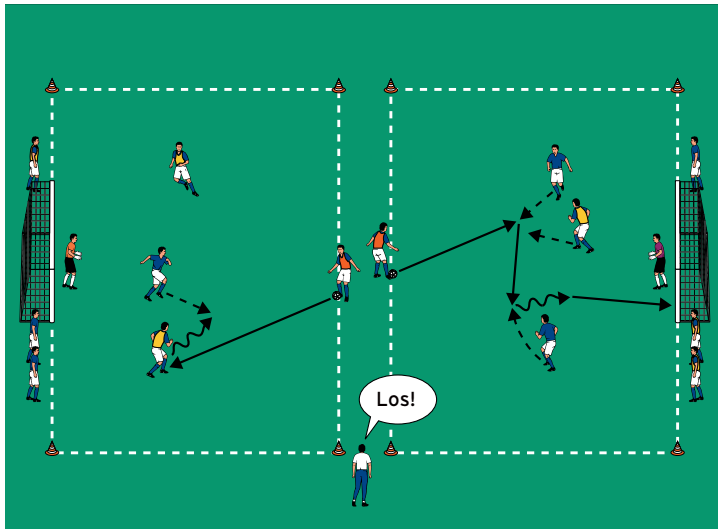
VARIATIONEN

- ▶ Die Zahl der erforderlichen Pässe wird variiert.
- ▶ Die Spieler müssen mit 2 Kontakten spielen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die Spieler dürfen sich von den Hütchen lösen.
- ▶ Die Störspieler nach jedem Durchgang austauschen.

THEMA: DIE ÜBERZAHL AUSSPIELEN



HAUPTTEIL 1:

WETTKAMPF IM 2 GEGEN 1 I

ORGANISATION

- ▶ 2 Felder mit jeweils einem Tor und einer Hütchenlinie errichten
- ▶ Angreifer, Verteidiger und Anspieler benennen

ABLAUF

- ▶ Im Feld postieren sich 2 Angreifer und 1 Verteidiger.
- ▶ Der Anspieler passt zu einem der beiden Angreifer.
- ▶ Diese müssen nun versuchen, im 2 gegen 1 zum Torabschluss zu kommen.
- ▶ Das Paar, das zuerst einen Treffer erzielt, erhält einen Punkt.

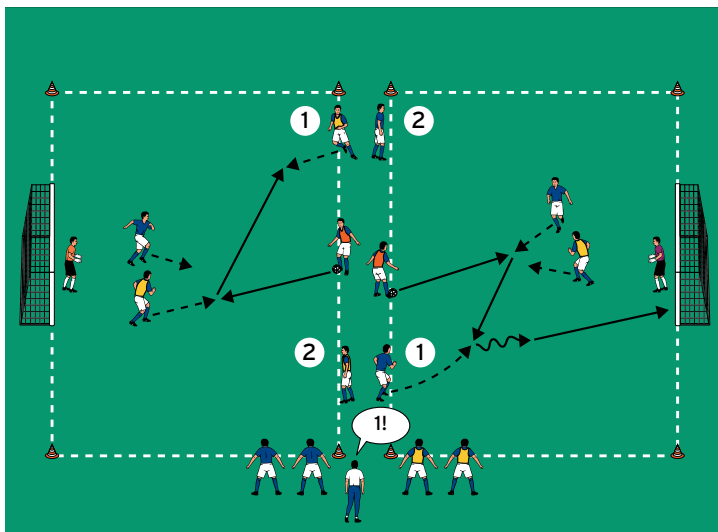
VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer dürfen einmal zum Anspieler zurückpassen.
- ▶ Den Angreifern stehen maximal 3 Pässe zur Verfügung.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Trainer sollte nach maximal 15 Sekunden die Aktionen abbrechen.
- ▶ Die Angreifer müssen sich in der Breite postieren, um den Laufweg und den zu verteidigenden Raum für den Abwehrspieler zu vergrößern.
- ▶ Nach jeder Aktion rücken neue Spieler ins Feld.

THEMA: DIE ÜBERZAHL AUSSPIELEN



HAUPTTEIL 2:

WETTKAMPF IM 2 GEGEN 1 II

ORGANISATION

- ▶ Den Aufbau und die Organisation beibehalten

ABLAUF

- ▶ Jeweils 1 Angreifer und 1 Verteidiger postieren im Feld.
- ▶ 2 weitere Angreifer stellen sich an den Ecken der Hütchenlinie auf und erhalten eine Nummer.
- ▶ Der Anspieler passt ins Feld.
- ▶ Der Trainer ruft eine Zahl und der aufgerufene Angreifer rückt zum 2 gegen 1 nach. Welches Angreiferpaar erzielt zuerst einen Treffer?

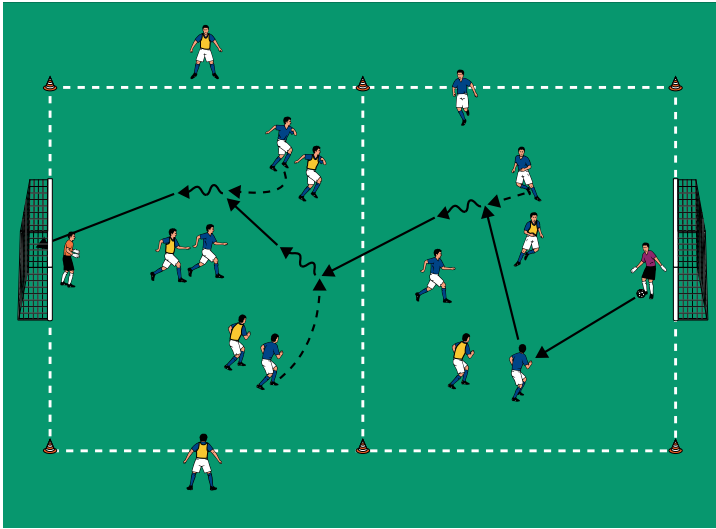
VARIATIONEN

- ▶ Die Angreifer dürfen einmal zum Anspieler zurückpassen.
- ▶ Erobert der Verteidiger den Ball, so werden den Angreifern 2 Punkte abgezogen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Der Angreifer muss den Ball für einen kurzen Moment im 1 gegen 1 behaupten, bis der zweite Angreifer ins Feld starten kann.
- ▶ Die beiden Spieler im Feld werden nach jeder Aktion ausgetauscht.

THEMA: DIE ÜBERZAHL AUSSPIELEN



SCHLUSSTEIL:

NACHSTARTENDE VERTEIDIGER

ORGANISATION

- ▶ 1 Spielfeld mit 2 Toren errichten
- ▶ Mit Hütchen die Mittellinie markieren
- ▶ 2 Mannschaften bilden

ABLAUF

- ▶ Von den Verteidigern postieren sich 2 Spieler an der Seitenlinie.
- ▶ Jede Aktion wird vom Torhüter der Angreifer eröffnet.
- ▶ Nach jeweils 15 Sekunden dürfen die beiden Verteidiger ins Feld rücken, so dass das Spiel im 7 gegen 7 fortgesetzt wird.

VARIATIONEN

- ▶ Die Nachstartzeit der beiden wartenden Verteidiger verkürzen oder verlängern
- ▶ Tore der Verteidiger zählen doppelt.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Die nachstartenden Verteidiger werden nach jeder Aktion ausgetauscht.
- ▶ Nach 5 Minuten tauschen die Mannschaften die Aufgaben.
- ▶ Erobern die Verteidiger innerhalb der 15 Sekunden den Ball, können sie ihre Verteidiger an der Außenlinie als Außenspieler nutzen.