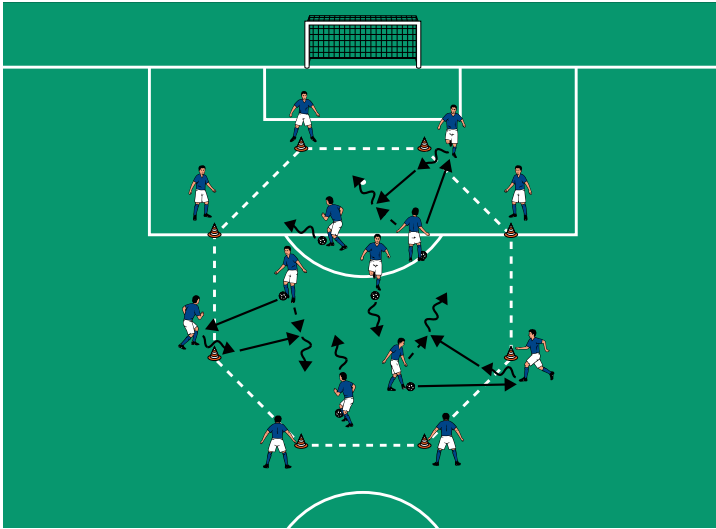


THEMA: BALLANNAHME MIT DEM RÜCKEN ZUM GEGNER-TOR



AUFWÄRMEN 1:

PASSEN UND MITNEHMEN

ORGANISATION

- ▶ Ein Achteck aufbauen
- ▶ Jedes Eckhütchen mit einem Spieler besetzen
- ▶ Alle übrigen Spieler mit Bällen im Feld postieren

ABLAUF

- ▶ Die Ballbesitzer dribbeln frei im Feld umher und suchen sich einen freien Außenspieler, dem sie zupassen.
- ▶ Der Passempfänger nimmt kurz an und passt wieder zurück.
- ▶ Die zentralen Spieler nehmen in die Bewegung mit, suchen sich neue Außenspieler usw.

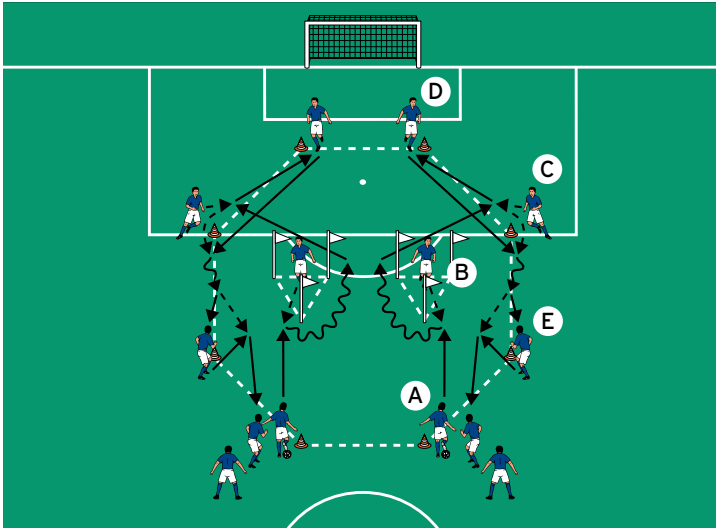
VARIATIONEN

- ▶ Die Außenspieler nehmen zur Seite um das jeweilige Eckhütchen an und mit und passen dann ins Feld zurück.
- ▶ Die Außenspieler nehmen ins Feld an und mit und tauschen mit den Passgebern die Positionen und Aufgaben.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Blickkontakt vor dem Zuspiel zum Außenspieler fordern.
- ▶ Darauf achten, dass die Passempfänger stets in Erwartungshaltung agieren.
- ▶ Die Außenspieler regelmäßig wechseln.

THEMA: BALLANNAHME MIT DEM RÜCKEN ZUM GEGNER-TOR



AUFWÄRMEN 2:

PASSPARCOURS MIT BALLMITNAHME

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau weiter verwenden
- ▶ Zusätzlich in der Feldmitte mit Stangen 2 Dreiecke abstecken
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die jeweils ersten Spieler bei A haben je 1 Ball

ABLAUF

- ▶ Auf beiden Seiten gleichzeitig spielen.
- ▶ A passt zum entgegenkommenden B, der mit der Innenseite nach innen um das Dreieck herum mitnimmt und auf C passt.
- ▶ C spielt jetzt je 1 Doppelpass mit D und E und passt danach zum jeweils nächsten Spieler bei A weiter.
- ▶ Alle Spieler rücken nach jeder Aktion eine Position weiter.

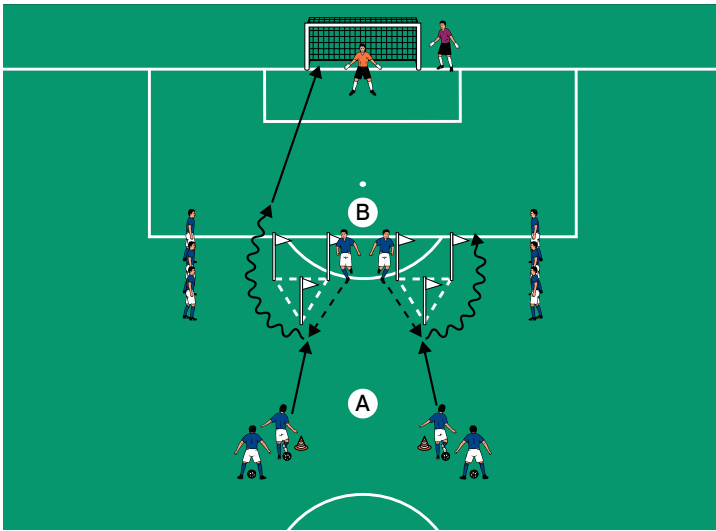
VARIATIONEN

- ▶ Die Mitnahmetechnik variieren (z. B. Außenseite, rechts/links usw.).
- ▶ Mit genau 2 Kontakten spielen (annehmen, passen).
- ▶ B nimmt nach außen um das Dreieck herum mit.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Ball immer in die neue Spielrichtung mitnehmen.
- ▶ Entsprechend präzise Zuspiele in den Fuß der Mitspieler fordern.

THEMA: BALLANNAHME MIT DEM RÜCKEN ZUM GEGNER-TOR



HAUPTTEIL 1:

BALLMITNAHME MIT DEM RÜCKEN ZUM TOR UND TOR-SCHUSS

ORGANISATION

- ▶ Vor 1 Tor mit Torhüter mit Stangen 2 Dreiecke abstecken
- ▶ Vor den Dreiecken jeweils 1 Starthütchen markieren
- ▶ Die Spieler auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A passt auf den entgegenkommenden B, der um das Dreieck herum in Richtung Tor mitnimmt und auf das Tor mit Torhüter abschließt.
- ▶ Anschließend gleicher Ablauf von der jeweils anderen Seite.

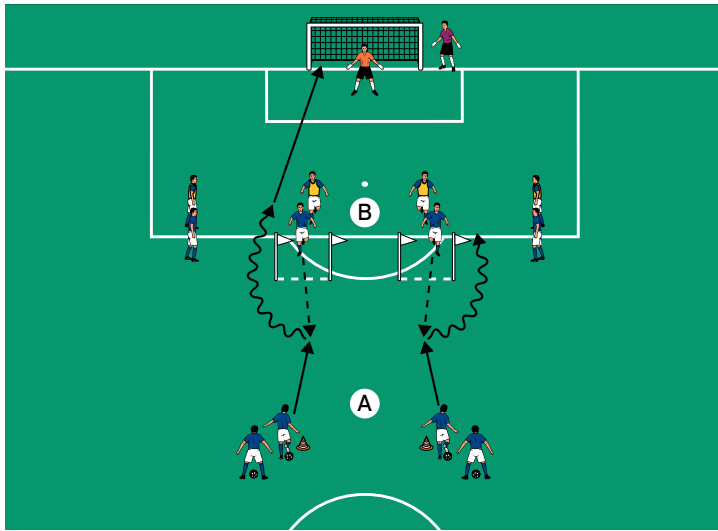
VARIATIONEN

- ▶ Die Mitnahmetechnik vorgeben (z. B. Innen- oder Außenseite usw.).
- ▶ Den Startpunkt der Passempfänger beim Entgegenstarten variieren.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Blickkontakt vor dem Zuspiel fordern.
- ▶ Mit Tempo in den Strafraum an- und mitnehmen.
- ▶ Zielstrebig abschließen!

THEMA: BALLANNAHME MIT DEM RÜCKEN ZUM GEGNER-TOR



HAUPTTEIL 2:

BALLMITNAHME MIT GEGNER IM RÜCKEN

ORGANISATION

- ▶ Den Grundaufbau beibehalten
- ▶ Anstelle der Dreiecke 2 Stangenlinien markieren
- ▶ 4 Verteidiger bestimmen
- ▶ Die Spieler jeweils auf den Positionen verteilen
- ▶ Die Spieler an den Starthütchen haben Bälle

ABLAUF

- ▶ A passt auf den entgegenkommenden B, der versucht, gegen den Verteidiger in seinem Rücken um das Stangentor herum zu dribbeln und auf das Tor mit Torhüter abzuschließen.
- ▶ Der Verteidiger darf nur bis zum Stangentor verteidigen.
- ▶ Anschließend gleicher Ablauf von der jeweils anderen Seite.
- ▶ Nach einer Weile die Seiten tauschen.

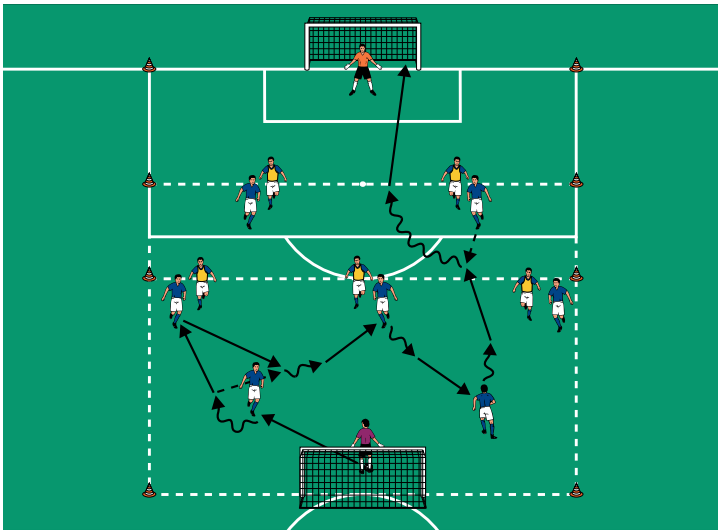
VARIATIONEN

- ▶ Die Verteidiger dürfen überall attackieren.
- ▶ Mit dem Zuspiel zum Passempfänger treten alle Spieler an den Stangentoren im 2 gegen 2 auf das Tor mit Torhüter gegeneinander an. Die Stangentore dürfen dabei jedoch weder durchspielt noch durchdribbelt werden.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Den Zuspielen nach einer Konterbewegung mit Tempo entgegenstarten.
- ▶ Als Passempfänger den Oberkörper zwischen Ball und Gegner bringen.
- ▶ Der Stürmer muss stets wissen, wo sich der Verteidiger in seinem Rücken befindet. Entsprechend mit Schulterblick agieren.
- ▶ Die Verteidiger regelmäßig wechseln.

THEMA: BALLANNAHME MIT DEM RÜCKEN ZUM GEGNER-TOR



SCHLUSSTEIL:

BALLMITNAHME IN DER ZIELZONE

ORGANISATION

- ▶ Ein 40 x 40 Meter großes Spielfeld mit Toren markieren
- ▶ Eine Zielzone abstecken
- ▶ Angreifer- und Verteidiger-Teams einteilen
- ▶ Jedes Team stellt 1 Torhüter sowie je 2 Spieler in der Zielzone

ABLAUF

- ▶ 5 plus 2 gegen 3 plus 2 auf die Tore mit Torhütern.
- ▶ Die Angreifer versuchen, einen der beiden Stürmer in der Zielzone anzuspielen.
- ▶ Anschließend 2 gegen 2 in der Zielzone bis zum Torabschluss.
- ▶ Erobern die Verteidiger den Ball, kontern sie sofort mit allen Spielern auf das gegenüberliegende Tor.

VARIATIONEN

- ▶ In der Aufbauzone mit maximal 3 Kontakten agieren.
- ▶ Mit dem Pass auf einen Angreifer in der Zielzone dürfen alle Spieler frei nachrücken.
- ▶ Die Zone entfernen und zum Schluss frei spielen lassen.

TIPPS UND KORREKTUREN

- ▶ Ein schnelles Kombinationsspiel fordern.
- ▶ Darauf achten, dass die Angreifer die Breite des Feldes vollständig nutzen, damit sich im Zentrum Lücken ergeben.
- ▶ Zielstrebig abschließen!